

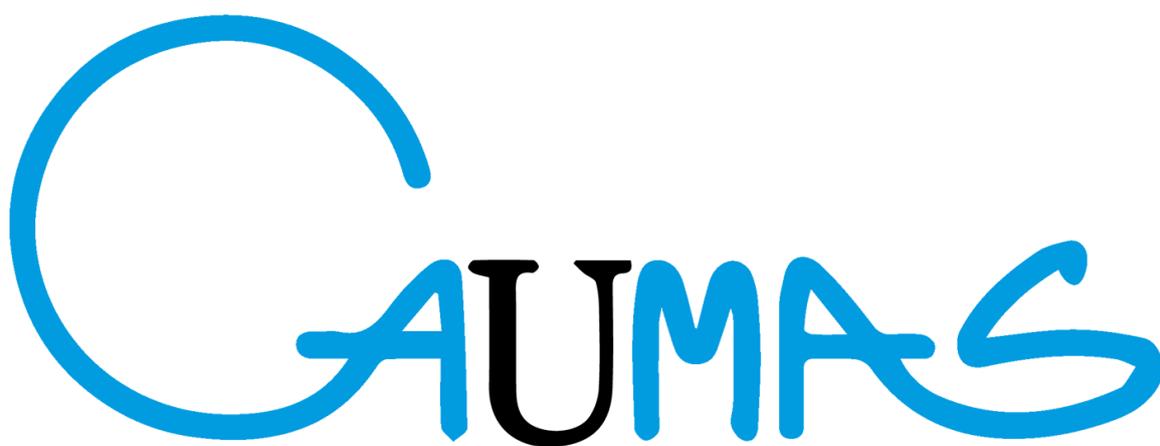
Séniors Universitarios



La voz de los alumnos y profesores de los Programas Universitarios de Mayores de las Universidades Españolas

Nº 40 · SEPTIEMBRE 2022



The logo for CAUMAS features a large, blue, stylized letter 'C' on the left. To its right, the word 'AUMAS' is written in a blue, rounded, sans-serif font. The letter 'U' in 'AUMAS' is distinctively colored black, while the other letters are blue.

CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES
DE ALUMNOS Y EXALUMNOS
DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

S U M M A R I O

S E P T I E M B R E 2 0 2 2



- 04 Editorial · Sobre los derechos de las personas mayores
- 05 Entrevista a D. Ángel Rodríguez Castedo
- 08 Remedios Seijo · Voy a hacer patria: mi Galicia
- 09 Carlos Lloréns · Comunicarse hoy
- 10 Jesús Jáuregui Gorraiz · Momentos 56
- 11 Remedios Seijo · El mundo de la copla
- 12 José Luis Jordana Laguna · Voluntarios culturales mayores
- 14 Rafael Reche Silva · Las cosas del verano. Como siempre las vacaciones
- 15 3a edición de la semana europea online del envejecimiento activo y saludable
- 16 Manifiesto a favor de la creación de una Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas Mayores
- 19 Conclusiones: La Universidad de Mayores Abierta al Futuro
- 20 Crónicas: XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores
- 21 Crónica de Antonio Arenas
- 22 Crónica de Remedios Seijo
- 23 Crónica de Francine Vouets Bauwens
- 24 Crónica de PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC
- 26 AMULL · Ejercicio Músico-Teatral
- 27 AMULL · Charlas derechos de las personas mayores
- 28 FEGAUS · Presentación de los proyectos de FEGAUS a la Xunta de Galicia y a la Universidad de Brasilia
- 32 FEGAUS · Presentación de "Bela Galicia"
- 34 AUDEMAC · Puertas abiertas, mano tendida
- 40 AUDEMA · Comienzo de curso
- 41 AUDEMA · Conferencia histórica
- 42 ALUMA · La exposición fotográfica de ALUMA, "El agua y sus paisajes", se muestra en el Centro de Lenguas Modernas
- 43 ALUMA · La Junta Directiva de ALUMA hace público el programa de actividades del primer trimestre del curso 2022/2023
- 44 ALUMA · Jornadas de Recepción de Estudiantes 20 y 21 septiembre de 2022
- 45 ALUMA · Elección de Presidente y Junta Directiva en ALUMA
- 46 Actividades CAUMAS del último trimestre
- 48 CAUMAS · Información corporativa
- 50 Trabajos destacados en la Biblioteca CAUMAS
- 51 CAUMAS · Federaciones y Asociaciones



revista digital

Séniors Universitarios

Nº 40

Septiembre 2022

EDITA

CAUMAS

Confederación Estatal de Asociaciones
y Federaciones de alumnos y
exalumnos de los Programas
Universitarios de Mayores.

C/ Castelló, 36 * 1ºA
28001 - Madrid

ISSN

2444-2038

DEPÓSITO LEGAL

M-18166-2015

DIRECCIÓN Y REALIZACIÓN

Marina Troncoso
CAUMAS

DISEÑO Y
MAQUETACIÓN

POST
55

SUBVENCIONADO POR



CONTACTO

revistadigitalsenior@yahoo.es

El material (textos, fotografías...) que se publica en la Revista es facilitado por las personas que lo firman, y son ellas las responsables del contenido de sus trabajos

CAUMAS

EDITORIAL

Sobre los derechos de las personas mayores

Según la web de Las Naciones Unidas (ONU) <https://www.un.org/es/observances/older-persons-day> el 14 de diciembre de 1990, la Asamblea General de las Naciones Unidas, a través de la resolución 45/106, designó el 1 de octubre Día Internacional de las Personas de Edad. (*Personas de Edad, un eufemismo erróneo para designar al colectivo de personas mayores ya que, todas las personas tienen edad; tal vez sea una inadecuada traducción literal del inglés*).

Con anterioridad a esto, existían iniciativas como el Plan de Acción Internacional de Viena sobre el Envejecimiento, que fue adoptado por la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento en 1982 y que la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó ese mismo año. En 1991, la Asamblea General (por la resolución 46/91) adoptó los Principios de las Naciones Unidas para las personas mayores.

En 2002, la segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento adoptó el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento, para responder a las oportunidades y desafíos del envejecimiento de la población en el siglo XXI y para promover el desarrollo de una sociedad para todas las edades.

Durante las próximas tres décadas, se estima que el número de mayores aumente a más del doble, llegando a más de 1.500 millones de personas en 2050.

Los países en desarrollo albergarán más de dos tercios de la población de edad avanzada del mundo (1.100 millones) en 2050.

También la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha decidido establecer la Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030) como una oportunidad para reunir a los gobiernos, la sociedad civil, las agencias internacionales, los profesionales, la academia, los medios de comunicación y el sector privado durante diez años de acción concertada, catalizadora y colaborativa para mejorar las vidas de las personas mayores, sus familias y las comunidades en las que viven. <https://www.who.int/es>.

En noviembre de 2021 el Consejo de Derechos Humanos de Naciones Unidas ha adoptado una importante resolución sobre los derechos de las personas mayores que significa un gran paso hacia delante para la creación de una convención sobre los derechos de las personas mayores. Esta resolución fue adoptada por consenso en la 48ª sesión del Consejo de Derechos Humanos, que tuvo lugar del 13 de septiembre al 8 de octubre de 2021, donde Argentina, Brasil y Eslovenia presentaron una resolución sustantiva sobre los derechos de las personas mayores centrada en la discriminación por razón de edad sobre la base del informe de la Experta Independiente para el disfrute de los derechos humanos para las personas de edad, que fue apoyada por 65 Estados miembro.

Esta resolución denominada **A/HRC/RES/48/3**, es la primera resolución sustantiva sobre los derechos de las personas mayores adoptada por el Consejo de Derechos Humanos:

"...Recordando que la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible insiste en la necesidad de que nadie se quede atrás, y reconociendo a este respecto la contribución esencial que las personas de edad aportan al funcionamiento de la sociedad y a la consecución de la Agenda 2030..."

Parece que vamos avanzando, aunque muy lentamente; reducir el tiempo en conseguir resultados positivos es muy importante para el colectivo de personas mayores ya que, tal vez, las personas mayores que actualmente reclamamos un trato igualitario defendiendo nuestros derechos no lleguemos a disfrutar de los logros alcanzados.

Septiembre 2022



Entrevista a D. Ángel Rodríguez Castedo

Presidente de la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP)

Licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad Complutense de Madrid, se diplomó en Psicología Pedagógica y Psicología Industrial por la misma universidad, así como en Gerontología por la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología (Madrid). Funcionario de carrera del cuerpo técnico de la Administración desde 1997. Ocupó los cargos director general del Instituto de Migraciones y Servicios Sociales, director general de Personalía, S.A. Empresa de Servicios Sociosanitarios. Secretario general del Consejo Económico y Social (1993-2001), director general del Instituto Nacional de Servicios Sociales (1985-93) y director del Instituto Nacional de Asistencia Social y gerente del Fondo Nacional de Asistencia Social (1983-85). Secretario nacional para España de 'Rehabilitación Internacional' (órgano consultivo de la ONU) 1985-93, vicepresidente del Comité Nacional de Coordinación del Programa HELIOS de la Unión Europea (1989-93), responsable del Plan Gerontológico Nacional (1988-93), miembro del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (1988-93), miembro de la Conferencia Sectorial de Asuntos Sociales (1988-93), miembro de diversas comisiones interministeriales y de órganos colegiados de la Administración Pública Española (1983-2002) y representante de España y ponente en diversas reuniones en el ámbito de la Comunidad Europea, del Consejo de Europa y de las Naciones Unidas. Como docente, impartió clases en másteres universitarios sobre Gerontología, Gerencia Pública y Desarrollo Social, Sistemas Organizativos de Atención a las Personas con Discapacidad, Gasto Social y Servicios Sociales en las Universidades Autónoma de Madrid, Alcalá, y Carlos III (Madrid). Docente en el Máster en Políticas Públicas y Sociales, impartiendo la materia 'Servicios Sociales y Sanitarios para las Personas Mayores' en la Universidad Pompeu Fabra (Barcelona) y en el Máster en Dirección y Gestión de Servicios Sociales y en otros programas de formación de la Organización Iberoamericana de la Seguridad Social.

Actualmente, jubilado de la Administración, además de otras responsabilidades, es presidente de la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP).

Muchas gracias por atender nuestra solicitud de una entrevista. En CAUMAS representamos a las personas mayores que han decidido, entre otras, la opción de la formación continua a lo largo de la vida a través de los PUM (Programas Universitarios de Mayores) para practicar un envejecimiento activo y saludable, pero sin estar ajenos a la problemática, tan compleja, del colectivo de mayores

Para conocer mejor la PMP, ¿qué impulsó su formación?

La Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP) nace como un proceso de confluencia de las Organizaciones, Federaciones y Confederaciones de Mayores y Pensionistas más importantes de nuestro país, conscientes de que la unión hace la fuerza. Da más visibilidad y potencia la interlocución con los poderes públicos y otras organizaciones sociales que posibilitará una mejor defensa de los derechos e intereses de las personas mayores.

Consideramos, pues, que, en un mar de siglas es muy necesaria una plataforma de ámbito estatal, a modo de entidad unitaria de acción en defensa de los derechos e intereses del colectivo, con vocación de vertebrar, vía acuerdo, el movimiento asociativo de mayores con el fin de facilitar la interlocución y de desarrollar un necesario diálogo civil con los poderes públicos y las diversas organizaciones sociales. Sería un proceso similar al seguido hace años por las diversas organizaciones de personas con discapacidad que confluyeron en el CERMI, teniendo más visibilidad y ser más atendidos y respetados socialmente. La fuerza y la legitimidad que da la unidad.

¿Cuáles son los objetivos de la PMP?

En conexión con el objetivo fundacional, queremos ser una voz útil y creíble de las personas mayores que traslade a los agentes públicos y privados y al conjunto de la ciudadanía sus verdaderas preocupaciones y necesidades.

Perseguimos el reconocimiento de la dignidad de la persona mayor y el ejercicio pleno de sus derechos.

Queremos establecer una vía de contacto permanente, que permita que la PMP sea consultada y escuchada en las decisiones y políticas que afecten a los intereses y necesidades de las personas mayores y pensionistas, logrando así que todas esas políticas y actuaciones no se planifiquen ni se hagan SIN los mayores y los pensionistas.

¿Cómo están respondiendo los representantes políticos y otras organizaciones sociales a las propuestas de la PMP?

Francamente bien. Hemos mantenido múltiples contactos con miembros del Gobierno: Vicepresidenta de Economía sobre el tema de la brecha digital, estableciéndose un grupo de trabajo permanente para ir valorando los temas tratados; Ministra de Hacienda y con la presidenta de la Agencia Tributaria con la que vamos a firmar un convenio para facilitar las relaciones entre agencia tributaria (declaración IRPF, IVA...) y personas mayores; Presidencia de Adif para la firma de otro convenio en el que se avance en la accesibilidad de estaciones y trenes; Ministro de Consumo en el contexto de la Ley de Protección a la Clientela que se va a debatir en el Congreso; Ministra de Política Terri-

torial; Secretario Estado del Tesoro, Secretario Estado Derechos Sociales, Director General IMSERSO...

También con altos representantes del Estado como El Defensor del Pueblo, el Gobernador del Banco de España, Grupos parlamentarios de los diversos partidos en función de la temática: pensiones, cuidados, consumo, brecha digital... Asimismo con representantes de los principales partidos políticos.

En el ámbito privado, hemos mantenido y seguimos haciéndolo con las patronales bancarias AEB, CECA y UNAC para el tema de la Brecha Digital, con las patronales de las empresas de Cuidados (residencias y ayuda domicilio), con Sociedades Científicas y otras Organizaciones Sociales.

Todas estas actuaciones y demandas en los planos institucional, tanto público como privado, ponen en valor los compromisos adquiridos que vamos logrando a través de nuestra incidencia institucional como PMP.

Lo importante para trabajar y seguir todos estos temas sería totalmente necesario contar con más personas dispuestas a responsabilizarse del seguimiento de los temas y realización de nuevas propuestas. Desde aquí hago un llamamiento a vuestra organización en la que sin duda hay múltiples perfiles profesionales que podrían jugar un papel muy importante, en nombre de la PMP, para el avance de estos y otros temas.

Desde la PMP ¿Qué acciones se están promoviendo para transmitir la experiencia y conocimientos de las personas mayores?

La PMP se crea precisamente para conseguir, a través de la unión de diversidad de asociaciones y entidades, que la voz de las mujeres y hombres mayores sea escuchada, valorada y tenida en cuenta. Muchas veces nos hemos quejado de que no se ponen micrófonos para que podamos expresar nuestras aportaciones, otras veces el problema es que hay muchos interlocutores a los que atender, la PMP está facilitando esta participación aunando fuerzas y conocimiento como sociedad civil organizada, siendo un interlocutor representativo ante las administraciones y otros agentes políticos, sociales y económicos.

¿Cómo potencian las relaciones intergeneracionales para dinamizar la participación social?

Desde la PMP queremos conseguir una sociedad mejor para todas las edades. Los temas que nos afectan a las personas mayores son transversales a toda la sociedad. Es cierto que hay tendencias que buscan fragmentar la sociedad, aumentar el individualismo y enfrentar unas generaciones con otras, pero sabemos que debemos luchar contra estas distorsiones de la realidad, y la mejor manera que tenemos para hacerlo es evitando el desconocimiento que hay sobre el envejecimiento, facilitando encuentros y debatiendo juntos temas de interés para toda la sociedad. Aspectos como la brecha digital, la soledad no deseada, el edadismo, la formación continua, el envejecimiento activo o los cuidados de larga duración, implican la acción y la participación de otras generaciones. La transmisión de valores y experiencias no la podemos hacer sino es a través de las relaciones intergeneracionales. Mejorar la sociedad implica la participación activa de todos los agentes, y la PMP está implicada en esta tarea de manera constructiva y colaborativa,

favoreciendo foros, encuentros y comisiones de trabajo, ofreciendo una visión basada en el disfrute de los derechos de las personas de todas las edades y alentando a un mayor compromiso social intergeneracional que ofrezca soluciones a los diferentes retos que se nos presentan.

Somos un colectivo heterogéneo como lo es la sociedad, por lo que nuestras demandas deben ser atendidas desde las distintas competencias de la Administración y las Instituciones, según su experiencia ¿se aborda el reto del envejecimiento desde una perspectiva global?

Considero que hay mucho camino que andar para conseguir esta perspectiva global. Muchas veces se nos abre una puerta a los derechos de las personas mayores, y en el despacho de al lado se nos cierra otra. Hay dos factores a mi manera de ver importantes, una es que la voz de las personas mayores sea tenida en cuenta en todos los ámbitos de la vida, lo que desde la PMP es nuestra razón de ser, y otra que haya marcos intencionales de referencia como una Convención internacional sobre los derechos de las personas mayores, que venimos demandando. Las mujeres y hombres mayores somos muy heterogéneos pero los derechos tienen que llegar a todas las personas y ser disfrutados en todas las situaciones. Las condiciones de vulnerabilidad en las que más riesgos de discriminación existen deben ser especialmente protegidas.

Para todos es importante la salud, con un modo de vida saludable y sin acciones sobrevenidas tenemos muchos años para realizar un proyecto de vida después de la jubilación ¿considera que hay ofertas y medios suficientes para que se pueda vivir un envejecimiento activo y saludable?

Si bien los avances culturales, sociales y sanitarios han permitido que las personas mayores hayamos avanzado mucho en mantenernos activas y ser protagonistas de nuestra propia vida, hay todavía muchos factores en la sociedad que nos generan barreras importantes, como pueden ser: la falta de accesibilidad y usabilidad en nuestros entornos, incluyendo el entorno digital cuando funciona como una apisonadora de derechos; el que se tomen decisiones sobre nosotros sin nosotros; las situaciones de soledad no deseada; la falta de apoyos cuando necesitamos cuidados tanto en las ciudades como en el entornos rurales; las situaciones de pobreza y aquellas en los que los recursos no llegan suficientemente; y muchas discriminaciones por edad a nivel sanitario, social, económico y cultural. Si la imagen que se proyecta sobre las personas mayores está distorsionada o infantilizada, ello repercute tanto en nosotros mismos como en la sociedad en su conjunto. Desde la PMP estamos implicados en conseguir una sociedad y unos entornos en los que podamos disfrutar, aportar y aprender a lo largo de todas las etapas de la vida, con ventajas para presentes y futuras generaciones.

Como presidente de PMP ¿cuál es el proyecto que más le ilusiona?

Sinceramente, el proyecto en sí mismo. Ese caminar juntos para ser más fuertes, para que se nos escuche y valore, no sólo por las diversas Administraciones sino por el conjunto de la ciudadanía. Hemos trabajado mucho, hemos contribuido a hacer a nuestro país me-



Ángel Rodríguez Castedo (Sarria, Lugo, 1949)

por y nos merecemos respeto y escucha.

En ese sentido, entendemos que la realización de los derechos de las personas mayores y la mejora de su calidad de vida requiere avances importantes en una serie de temas que constituyen las prioridades de la Plataforma.

Estas son: las pensiones, la sanidad y su coordinación real con los servicios sociales de cuidados, el desarrollo pleno de la LAPAD, el desarrollo y consolidación de una sociedad con personas activas y saludables, velar por su protección jurídica y combatir el edadismo y la discriminación, abordar de una vez el drama de la soledad no deseada y, por último, mirar a la UE y pedir (y exigir) a nuestros responsables políticos y económicos que coloquen en su agenda como tema prioritario el alcanzar, en un plazo razonable, los porcentajes medios de su PIB en ingresos y gastos con, al menos, la media comunitaria, distribuyendo así más equitativamente los beneficios del crecimiento contribuyendo y contribuyendo a consolidar una sociedad más justa y equilibrada.

Muchas gracias por su atención, para finalizar, por favor, responda a la pregunta que le hubiera gustado que le hiciéramos y que se nos ha quedado entre las teclas...

Tal vez comentar algo sobre el fenómeno del envejecimiento y la longevidad. Creo que todos compartimos que el aumento de la longevidad es uno de los mayores logros de la humanidad y constituye un triunfo del desarrollo. La sociedad necesita adaptarse y dar

respuestas a esta realidad y la opinión de las personas mayores ha de consultarse permanentemente.

Al Cambio Demográfico, en cuyo centro está el envejecimiento de la población, hay que colocarlo, como se hace con el Cambio Climático, en el centro de todas las agendas y hacer de ello un nuevo campo de desarrollo económico, de creación de empleo y de calidad de vida. Se trata de salvar al planeta, pero también a los seres humanos que lo habitan.

Los datos son conocidos y son contundentes. Ante estas cifras, es obvio que el envejecimiento, la longevidad de la población en sus distintas variables, es un fenómeno que hay que abordar cuanto antes y nosotros, los mayores, tenemos que estar ahí.

De verdad que me han parecido muy interesantes las preguntas que he intentado contestar de manera muy resumida ya que los temas requerirían mucho más espacio del que tal vez se disponga en la revista, pero si querría resaltar la importancia de la formación a lo largo de la vida en una sociedad digital con cambios rápidos y retos globales y felicitar a los Seniors Universitarios y a su Revista.

*Entrevista realizada por
Marina Troncoso
Directora de la Revista Digital Seniors Universitarios
Septiembre 2022*

VOY A HACER PATRIA: MI GALICIA

REMEDIOS SEIJO



Hoy voy a hacer patria a mi Galicia. Qué puedo decir de ella, que es una de las regiones más hermosa por los cuatro costados, de gentes amables y hospitalarias, con sus saudades, sus meigas, su visión de la existencia, sus paisajes con esos verdes profundos, esos mares bravos plateados; pero así es mi Galicia, con sus pueblos de belleza sin igual, con gentes auténticas y honradas, mujeres trabajadoras, emprendedoras y en muchos casos pioneras en ámbitos, que sin una gran preparación intelectual (algunas de ellas) han sacado a sus familias adelante porque sus maridos iban a navegar o tenían que emigrar. Esa es la mujer gallega.

¿Y que me decís de un baile típico gallego, la "Muñeira de Lugo"? ¿Sabéis porqué la llaman "Muñeira"?, porque se baila en los molinos mientras se espera su molienda del grano. En castellano se llama molinera, pero continuemos con este baile; es una danza caballerisca porque los movimientos de él son aireados mientras que ella como mujeres melosas, que suelen ser, lo bailan más suave. Esa es una "Muñeira".

¿Y si digo que hicieron historia tantas mujeres ilustres, inteligentes donde las haya, que rompiendo moldes y esquemas se hicieron un sitio entre los hombres de su época, aunque fuera luchando contra viento y marea? Entre ellas tenemos a Rosalía de Castro, mujer adelantada para sus tiempos y que escribía en gallego cuando era vulgar el idioma. Emilia Pardo Bazán, ésta ya era aristocrática y mujer de carácter fuerte e independiente. Sofía Casanova que con quince años publicó sus primeros poemas. Incluso el Rey Alfonso XII corrió con los gastos de su primer libro. Maruja Mallo mujer de una vida moderna, nada normal para mujeres de su época. Concepción Arenal, una de las pioneras del feminismo español. María Pita; (su nombre de pila era María Mayor Fernández de Cámara y Pita) Posee en la plaza del Ayuntamiento de A Coruña una estatua. Isabel Barrento, la primera mujer que ostentó el cargo de almirante en la navegación española (y la primera almirante conocida del mundo). Las Marías con su estatua en la Alameda de Santiago de Compostela ¿Quiénes eran estas hermanas? Las hermanas Maruxa y Carolina Fandiño Ricart famosas por sus ropas y maquillajes excéntricos, eran un colorido inusitado en la España franquista. Elisa y Jimena Fernández de la Vega, hermanas gemelas fueron las primeras mujeres en estudiar en la Universidad de Santiago de Compostela, fueron médicas e investigadoras. María Castaña, es de los tiempos de Maricastaña y nunca mejor dicho; es a esta lucense a quien nos referimos cuando usamos esa expresión.

No se sabe mucho de ella, solamente que participó con su familia en una revuelta en 1386 contra el obispo de Lugo. Celia Rivas, caso muy curioso, su padre importó un camión de Estados Unidos y ella decidió conducirlo; se sacó el permiso en 1932 y se convirtió en la primera mujer conductora de camiones de España.

Y así podría seguir sin parar todavía unas cuantas más. Ellas son mujeres que lucharon por la igualdad de sexos, pero eso no quiere decir que las mujeres gallegas seamos revolucionarias; somos independientes y luchadoras hasta el final de nuestros días. Nada ni nadie se nos pone por delante, pero también amorosas, nobles y muy buenas amigas de sus amigos. Y no hablo de los hombres como Cunqueiro, Pondal, Castelao, Cela etc. Hombres que son figuras históricas.

Desde aquí quisiera decir unas palabras al Apóstol Santiago para que ilumine a los tiraboleiros para que muevan ese "Botafumeiro" (que me encanta verlo funcionar), pidiendo para que todo el fuego que está quemando mi Galicia se apague de una vez para siempre y nos dejen vivir en paz. Que dejemos la naturaleza en su sitio y no hagamos más daño al planeta tierra.

Grande Galicia con sus gentes, hombres y mujeres donde la honradez tiene su valor.

*La lealtad es lo primero lo segundo y lo tercero.
Si no eres leal no vales nada, pero si eres autentico
procura serlo siempre.*



Remedios Seijo
Tesorera CAUMAS



COMUNICARSE HOY

CARLOS LLORÉNS



En su magnífico libro **“¿Cómo hacer que te pasen cosas buenas?”**, su Autora, la Sra. Marian Rojas Estapé hace un acertado mensaje del mundo de hoy.

Dice, entre otras cosas: “El mundo está enfermo, sufre de estrés crónico”.

La proliferación de Técnicas de Relajación, Yoga, Mindfulness, etc. son buena prueba de ello.

Yo me inclino a creer que, si no todas, la gran mayoría de nuestras relaciones son **“muy por encima”**.

El acontecer diario está lleno de “frases hechas” que se incrementan ostensiblemente si el acontecimiento es en fechas determinadas.

“Feliz Navidad”, por ejemplo, está tan “ronroneado” que perdió su valor, su esencia. Se suelta, en la época de ello, con tanta facilidad que deja de tener sentido. Incluso se lo dedicamos a nuestro desconocido vecino y lo adornamos con una falsa sonrisa, como si aquí no pasara nada. “Puritito” posturo.

Es algo así, como un “no quedarnos atrás”, algo parecido a ponernos el bañador cuando vamos de playa.

Los temas van muy bien si no hay “contrariedades de la vida” a la vista, porque de haberlas, se nos da muy bien el **“echar balones fuera”** o **“dar el esquinazo”**.

Si una enfermedad, por ejemplo, se presenta, lo adornamos con un “si necesitas algo, ya sabes, para eso estamos”. Pero como necesitar, necesites, seguro que la cosa no queda tan simple, siempre habrá una sarta de evasivas o excusas, que se justifican holgadamente. O sea, era

como **“un quedar bien”** de principio, para retratarnos de final en que la hipocresía y el **“querer rellenar el expediente”**, eran el tono que subyacía de inicial.

¿Qué queda de aquellas humanas relaciones?, de aquella comunicación de intensa familiaridad, vecindad.....res-coldos.

Son como esas fotos que han amarilleado con el paso del tiempo.

Se miran, tal vez con nostalgia, sabiendo que tenían su parte positiva, si bien a la marcha del mundo de hoy, se nos antojan como desprovistas de sentido o de “glamour”.

Ya preferimos mimetizarnos con la mayoría y seguir camino, quizá sin habernos dado cuenta de que **“nada hay que tenga 1 sola cara”**, que todo tiene –lo queramos ver o no– un efecto “boomerang” y que hoy es aquél, pero mañana puedo ser yo mismo.

Entonces será cuando nos demos cuenta, cuando caigamos del “guindo” e interioricemos que no todo se arregla con un mensaje o un “WhatsApp” por muy acertado que lo adorne el “emoticono” de turno.

¿No? Paciencia.

Sólo hace falta que el propio tiempo haga su propio trabajo.

Carlos Lloréns Fernández.
Asociación Aulas de Formación Abierta
Universidad de Vigo.





Releer a Marías. Tengo en mis manos el libro de Javier Marías *Cuando fui mortal*. Es una recopilación de cuentos escritos publicado en 1996. Un libro de tapas duras, con brillo y una portada sugerente. Las hojas, recias, casi toscas se pegan a los dedos cuando las hago pasar con el pulgar de mi mano, y desprenden el aroma cálido que absorbieron cuando fueron leídas hace ahora veinticinco años. Quien me lo ha regalado tenía entonces cuarenta y siete años.

Con esa edad, el alma, igual que el cuerpo, está en carne viva. Y la lectura de Marías, supongo que escocía. Menos mal que siempre estaba el corazón para unir, con sus sabias razones que dicen tiene este órgano del cuerpo, el dolor de las heridas del alma con el deseo desbocado del cuerpo. ¡Un misterio de las leyes de la Naturaleza y del Universo!

Las hojas del libro están ribeteadas de un tono amarillento como una aureola dorada, e intento encontrar en alguna de ellas las huellas de los dedos largos que las pasaban con mimo o con presteza, saboreando lo leído en ellas o persiguiendo la continuidad de un relato apasionante. Tal vez, los restos de una lágrima desprendida de sus ojos verdes impregnaron las líneas y desenfocaron las letras cuando lo leía. Un suspiro, un sobresalto quedaron engarzados en lo más intrincado del cosido de las hojas del libro.

Todo esto lo he recibido con este regalo, a mis setenta y cuatro años. Cuando el alma, y sobre todo el cuerpo, apenas tienen ya espacio y fuerza para recoger cuanto contienen los libros. ¡Qué tarde has llegado a mi vida, Javier! Mis deseos encallecidos, mi pensar torpe, mi imaginación tardía y a destiempo y desordenada. También esto me perdí en mi juventud sacrilega.

Y voy a releer *Berta Isla*. A pesar de que, cuando terminé de leer la novela, maldije al escritor por no haber seguido con más ahínco al personaje palpable y palpitante de Berta. En su siguiente libro, *Tomás Nevinson*, de una literatura suprema, en un momento del relato reaparece Berta -¡maravillosa mujer!-, serena, plena, para recoger los restos del

náufrago Tomás, y ser el asidero del agente Centurión. En este reencuentro echo en falta que Marías no pregunte por la estupidez de los hombres, por su ceguera, por el egocentrismo del hombre. De muchos, al menos. Tal vez hubiera sido el tema de su siguiente libro. Así expresan los últimos párrafos de su último libro cuando el preopente Tomás le dice a Berta que él no va a desaparecer más... "*a no ser que la que se vaya seas tú*". Berta responde: "*Eso puede ser. Podría ser*". ¡Maravilloso!

Luego está su novela *Corazón tan blanco*, de comienzo espeluznante, y en la que Marías pone en boca de uno de los protagonistas una pregunta terrible: "*¿y ahora, qué?*". Habla de ese momento en que la apatía, la habitualidad, el frío inclusive, invade un matrimonio constituido en un consenso social de "buenas prácticas". El escritor va enhebrando episodios, personajes interpuestos en diferentes tiempos y en diferentes espacios, desnudando almas y vistiendo excusas, ensombreciendo las vidas de los protagonistas con las dudas y las sospechas. Y la huida a través de la insinuación, los celos, el odio.

Desde que me invitaron a leer a Javier Marías -gracias por descubrirme- no he conseguido despegarme de sus párrafos insinuantes. Siempre encontraba a alguien a quien quería encontrar, a mí mismo, que me desconocía. Y muchas veces he tenido que cerrar el libro y huir. O escribir, como lo estoy haciendo ahora, llamar, pasar alguna noche en vela, borrar... Y en la lectura de todos sus libros repetirme "*algo hermoso te has perdido en tu vida*".

No es fácil recomendar la lectura de los libros de Javier Marías, si no conoces su sensibilidad, si no sabes de su fortaleza mental como para no caer enredado en sus intrincados relatos. Al mismo tiempo, acertarás si le gusta la literatura, la redacción exacta de los personajes que hace intervenir, la trama bien construida y llevada con armonía y sorpresa.

Releer a Marías... y saborear el regalo de un libro.

Jesús Jáuregui Gorraiz
Socio de AULEXNA, miembro de la Gestora Universidad de Navarra

EL MUNDO DE LA COPLA

REMEDIOS SEJO



Hoy nos vamos a adentrar en el mundo de la copla, mundillo también complicado como muchos otros. Es un género artístico que surgió en España a principios del siglo XX y que armoniza la música, letra e interpretación; es también conocida como canción española, o copla andaluza o también canción folclórica. Sus letras suelen tratar siempre sobre el amor, el desengaño, los celos, tristezas o alegrías.

A principios del siglo XX estuvo vigente durante los años de la Guerra Civil española y la posguerra, luego a partir de 1950, tuvo mucho éxito en el cine y teatro, pero a partir de los años 70 las cosas empezaron a cambiar y tuvo una pequeña decadencia, pues se inicializaron otros estilos musicales más modernos, Sin embargo sé asentó su identidad cultural y hoy día todavía tenemos artistas que la cantan, pero con mucha menos frecuencia. Han sido muchos artistas que han formado parte de este mundo tan interesante.

En este género quiero resaltar lo que es una canción española o copla. Tenemos el caso de la canción "Y sin embargo te quiero" interpretada y escrita para "Juanita Reina" quien la estrenó en Madrid en 1948, creación que sigue siendo antológica como una de las joyas de su repertorio.

Es posible que muchos lleven una sorpresa, como me la llevé yo un día, ¿por qué? Pues muy sencillo, no cuenta una historia con un planteamiento y desenlace para ser una copla, la letra solo habla de sentimientos, por lo tanto, está considerada como una canción española, aunque tenemos que reconocer que es "grandiosa". Pero ahora vemos y nos damos cuenta de cuánto cambian a veces las cosas porque creemos una cosa y sale otra. Pero bueno a nosotros nos da lo mismo, lo que queríamos era saber la historia de esa canción, de esa artista sevillana que con 13 años a escondidas de sus padres ya cantaba y quién le iba a decir que llegaría a ser tan brillante. ¡Pero llegó! y jamás imaginó que sería fiel a su Chanel nº 5. Siempre decía que era una de las canciones más exigentes que cantaba dada la fuerza que tenía que usar cuando la interpretaba, tanto vocal como dramática.

De esta canción "Y sin embargo te quiero" no me gusta decir nada porque todas las de aquella época van a dar a

lo mismo: la sumisa mujer que tiene que soportar la mal llamada superioridad del hombre. Por eso centrémonos en la historia de la letra y si es copla o canción:

"Te esperaba hasta muy tarde, ningún reproche te hacía; lo más que te preguntaba era que si me querías"

Ahora no se podría escribir una canción así. En fin, tiempos añejos, vintage y pasados.

Pero con todo y con eso, fue el "Señorío de la copla".

*¡No solo duermas, sueña no solo pienses, siente
no solo existas, vive la vida es muy corta
no la desperdicies!*

Remedios Sejo
Tesorera CAUMAS



VOLUNTARIOS CULTURALES MAYORES PARA ENSEÑAR LOS MUSEOS DE ESPAÑA

JOSÉ LUIS JORDANA LAGUNA



Un programa ejemplar de envejecimiento activo, productivo y saludable:

"Voluntarios Culturales Mayores para enseñar los Museos de España"

En el año 1993, con motivo de haber sido declarado **"Año Europeo de las Personas Mayores y de la Solidaridad entre las Generaciones"**, CEATE, (Confederación Española de Aulas de Tercera Edad) puso en marcha un ambicioso e innovador proyecto bajo el título *"Voluntarios Culturales Mayores para enseñar los Museos de España a niños, jóvenes y jubilados"*. Han pasado casi 30 años y podemos afirmar con rotundidad que los resultados obtenidos han sido espectaculares.

Los datos hablan por sí solos: más de un millar de Voluntarios Culturales Mayores, entre 55 y 90 años de edad, han y siguen enseñando, una vez superada la pandemia, de manera altruista y desinteresada, toda la cultura, el arte, la historia y la ciencia que se encierra entre las paredes de un centenar de Museos españoles, entre los que podemos destacar el Museo de Arte Reina Sofía, el Museo Arqueológico Nacional, el Museo Naval, el Museo Sorolla, el Museo de América, el Museo de Ciencias Naturales, etc.. Hay otro centenar de Espacios Culturales diversos (palacios, monasterios, castillos, teatros, archivos, bibliotecas, iglesias, ermitas, monumentos histórico-artísticos, el Real Jardín Botánico, el Real Observatorio Astronómico, la Real Fábrica de Tapices, el Banco de España, rutas cul-

turales por ciudades y pueblos, etc. a los grupos de visitantes que se acercan a visitarlos. Más de cuatro millones de niños y jóvenes estudiantes se han beneficiado con las enseñanzas de sus "mayores" en un encuentro intergeneracional. Y más de medio millón de adultos y jubilados han podido conocer y disfrutar de los bienes culturales que se encuentran en los museos gracias a este programa.

Los directores y profesionales de los museos y espacios culturales que participan en este programa están encantados de poder contar con equipos de voluntarios culturales mayores que, una vez formados como voluntarios por los técnicos de CEATE y capacitados en las materias propias de cada museo, enseñan con rigor y calidad sus riquezas culturales a los grupos de visitantes. Y encima gratis. Este es el **objetivo museológico** del programa: responder a una necesidad, a una demanda, de la mayoría de los museos españoles que no cuenta con personal de plantilla para cumplir con esta misión de difusión y promoción cultural y de servicio al público visitante.

Los colegios, institutos, universidades, centros sociales y culturales, asociaciones de personas mayores, etc. muestran su reconocimiento y agradecimiento, oralmente y por escrito, a la magnífica labor de los Voluntarios Culturales Mayores porque gracias a sus enseñanzas entienden el contenido de sus exposiciones permanentes y temporales, disfrutan con el arte, aprenden historia, asimilan conocimientos científicos, antropológicos, arqueológicos y etnológicos.



En el Museo de Historia de Madrid

Los medios de comunicación (prensa, radio, televisión, revistas especializadas de mayores, internet, redes sociales, etc.) difunden permanentemente este programa y destacan la labor de los voluntarios mayores y su forma de envejecimiento activo con titulares como "Visita los Museos de la mano del abuelo", "Abuelos con mucha sabiduría", "Voluntarios mayores para explicar la Historia", "De ejecutivo a guía voluntario de museo", "Cicerones de museos tras la jubilación", "Mayores con matrícula de honor", "Los abuelos rompen moldes", "El magisterio de la edad", "¿Jubilados? Sí, pero activos". Y así por el estilo.

Pero, para los directivos y técnicos de CEATE, que llevamos más de 40 años trabajando no sólo para mejorar su bienestar personal, su salud integral y su calidad de vida, sino sobre todo con el claro objetivo de elevar los niveles educativos y culturales de las personas mayores para que sigan activas, participativas y útiles a la sociedad, para que puedan seguir siendo protagonistas de su propia historia, los museos son muy importantes pero los mayores lo son aún más. Porque como suelo yo expresar en repetidas ocasiones "a los museos los queremos mucho, pero a las personas mayores os queremos más".

Me estoy refiriendo al **objetivo gerontológico** de este innovador programa que pretende que las personas mayores al participar como voluntarios culturales en los diferentes museos españoles sean felices, tengan un envejecimiento equilibrado, armónico, activo, "normal" y no acelerado ni patológico. Para ello los técnicos de la CEATE utilizan una metodología activa y motivadora, basada en el diálogo, en el trabajo grupal, en la formación permanente, en los principios básicos gerontológicos y en una planificación estratégica cuidadosamente estudiada. No en vano esta programa ha sido reconocido como SW "buenas prácticas" por el Ministerio de Cultura, la Comunidad de Madrid y por diversos gobiernos autonómicos y municipales.

Desde la óptica de las personas mayores participar activamente en este programa como Voluntarios Culturales les supone, dicho expresamente por ellos mismos:

A nivel general, los voluntarios aseguran que este programa: "me ofrece muchas satisfacciones", "una mejora substancial de la autoestima", "ha cambiado mi vida", "me ha proporcionado estabilidad emocional y renovadas ganas de vivir", "me hace estar ocupado y no preocupado", "soy feliz porque me permite hacer lo que me gusta", "ayuda a mi realización personal", "convivir con gente joven y alegre que hace que te sientas vivo", "ha renovado mi deseo de seguir en la brecha", "me ha despertado nuevas inquietudes", etc.

A nivel de salud, comentan los voluntarios que: "me proporciona un estado de bienestar personal", "me hace vivir una experiencia de fraternidad y solidaridad", "me ayuda a que mi vida discurra placenteramente", "me aporta algo tan importante como el ejercicio mental y acostumbrarme a hablar en público", "gimnasia mental y motivación personal", "me ayuda a mantenerme activo, física e intelectualmente", "la felicidad de saber que recibimos más que damos", "me obliga a salir de casa y me permite hacer un

ejercicio que me tiene válido físicamente a mi edad de 76 años", etc.

A nivel social, reconocen los voluntarios: "me permite sentirme útil socialmente", "siento que hago un servicio", "experimento cada día que cuentan conmigo", "me ofrece la posibilidad de prestar un servicio", "nuevas relaciones personales con niños, adultos y jubilados y nuevas amistades", "me aporta seguridad y el saber que estoy haciendo algo bueno", "me proporciona tranquilidad, satisfacción y orgullo cuando enseño el museo a personas discapacitadas", "siento la sensación de que hay quien necesita de mí", etc.

A nivel educativo y cultural afirman los voluntarios que: "me ayuda a mejorar mi cultura y mis conocimientos", "me enriquece culturalmente" "me ofrece nuevas oportunidades de seguir aprendiendo", "la satisfacción de poder estar en contacto con estudiantes y aportarles mis conocimientos", "esta actividad me obliga a leer, a estudiar y a estar al día", "me ha permitido desarrollar las inquietudes que he tenido desde joven", "un mayor conocimiento de la historia de España y universal", "me ayuda sentirme nuevamente maestro y profesor", "me obliga a estudiar y a ejercitar la memoria", etc.



Museo Artes Decorativas, Madrid

Para terminar esta información, es de justicia reconocer públicamente el decisivo apoyo económico que en los primeros 20 años de funcionamiento este programa ha recibido sucesivamente de la Unión Europea, de la Fundación Caja Madrid, del Ministerio de Cultura, del IMSERSO y durante 12 años de la Obra Social Caja Madrid/Bankia. De igual modo, hay que dejar constancia que, aunque parezca increíble, desde el año 2015 este programa no ha recibido ninguna subvención ni ayuda económica ni de las Administraciones Públicas ni de empresas privadas, a excepción de una ayuda recibida del BNP PARIBAS (Francia) durante los ejercicios 2017 y 2018. En los momentos actuales CEATE sigue solicitando apoyo económico a diestra y siniestra para el desarrollo de este programa, sin resultados positivos tangibles hasta la fecha.

José Luis Jordana Laguna
Director del Programa
Secretario General de CEATE

LAS COSAS DEL VERANO. LLEGAN COMO SIEMPRE LAS VACACIONES

RAFAEL RECHE SILVA



Llegaba como siempre julio, vivo, llegaba cabalgando agosto tumultuoso, da igual la edad, niños, jóvenes o mayores siempre creímos que la vida sería verano. Esos meses sin colegio, libres para correr, libres para jugar y libres **las horas se expandían y se confundían el día con la noche**, hasta que derrotados el sueño nos vencía. En un pasado sin fecha, fuimos jóvenes cuando el mundo se manifiesta en forma de amor cálido con sus latidos impetuosos: en el lecho del río, a la orilla del mar, en las noches que el firmamento llameaba y como siempre terminaba agosto y un repentino viento se llevaba la atracción del amor hasta el siguiente verano. **Llegó la plenitud silenciosa de lo vivido, con el inclinar de la balanza por el peso de los veranos disfrutados**, recogemos los fragmentos de todo lo aprendido, de todo lo disfrutado: espacios, colores, sabores, cosas tangibles que guardamos con afecto en los corredores sin fin de la memoria. Un álbum de nuestra propia verdad de las vivencias en cada verano.

Llega julio y agosto y los días son circulares. La piel más dorada, el rostro fusilado por el color de la luz, sin el muro del horario, trasnochamos y olvidamos el reloj, desertamos de las dietas, para disfrutar de todo aquello restringido, como dice un dicho "todo lo bueno es pecado o engorda": barbacoas, pescaito frito, mariscos, helados, mojitos, un sinfín de tapas... Rescatamos la felicidad inminente de pasear en aquellas horas que son antesalas del amanecer o atardecer, caminar sin premura, sin prisas, un caminar entre los senderos de las montañas, por parajes de sal, rocas y de un mar de olas tras olas. No, nos importa repetir una y otra vez el mismo recorrido, porque necesitamos estar libre de nuestra propia prisa, sacudirnos las piedras de las preocupaciones. **Sentir la espesura de nuestro propio asombro junto a la naturaleza que no tiene dimensiones que vibra en su misma armonía.** ¡Es el verano! y su alegría nos devuelve la fe en la alegría.

La mayor parte de **nuestra vida transcurre entre dos siglos el XX y XXI**, muchas son las razones que nos mueven a manifestar la admiración por el siglo pasado cuando nos adentramos en los veranos. Ronda por mi pensamiento, una duda razonable, la herencia que recibimos en el siglo pasado ¿se debilita en lo social, tradicional y en la libertad como ser?, desde luego, en este presente hemos conquistado el imperio de las tecnologías con los móviles y sus redes sociales, a cambio de las relaciones personales del contacto cercano, consiguiendo que la palabra se degrade, también implantamos el turismo low cost (bajo costo) de viajar a cualquier parte del mundo por un precio razonable, nos ha condenado a aglutinarnos en masas en ciudades, aeropuertos, playas, restaurantes...y lo más inquietante que se contagia entre lo más jóvenes, crear tu propio perfil de ser humano en sintonía con la moda, bajo la servidumbre de los "Like" de las "Influencer", para lucir cuerpos semidesnudos en playas o piscina, cuerpos moldeados por la silicona y esteroides anabolizantes, cuerpos repletos de tatuajes, para ser exhibidos en el escaparate

público de las calles, en fin cuerpos arquetipos de superhumanos. **El calor del verano destapa estas realidades.**

No pretendo proclamar nada, cuando me queda menos para desenredar la madeja de la vida, **me reivindicó como hombre del siglo XX**, me quedo con el buen gusto, tal vez sea una advenedizo en esta sociedad nueva que se han apropiado de otros valores y formas.

Volvamos al mundo transparente para enseñar a los nietos en la largas tardes del verano a jugar al parchís, las damas... a patear un balón en la arena húmeda de la playa, a balancearse en un columpio en el campo, **a robarle tiempo al tiempo con charlas transcendentales o sin pretensiones con los hijos**, en la terraza o en el porche cuando la luz redonda del día se desliza en el mar, a descubrir la propia cuadrícula de paz cuando la multitud se desploma, a reír como un descocido con amigos en un chiringuito, a resarcirme de los complejos para **aplaudir la felicidad de los portadores de barrigas** cerveceras caídas sobre el bañador, a recuperar un palmo de arena cuando la marea baja, a intentar dejar el cauces de los labios abierto al pensamiento no impuesto, saturado por las falsas noticias y el catastrofismo veraniego (Incendios, sequía, precio de los carburantes, olas de calor...) que intentan pero no logran crear un sabor agrio de las vacaciones, **a no dejar que el mundo cristalizado de las redes sociales nos aisle** de los demás en un burbuja.

Playas desiertas sin el algarabía infantil de niños en las playas. El siglo XXI nos ha traído que los jóvenes no desean tener hijos.

Todo puede ser circunstancial o pasajero, pero **noto un gran vacío**, cuando me siento en el mirador abierto de la playa con los nietos y me dejo llevar por el sonido delicado de la espuma de las olas.

¡No oigo, el alboroto de los niños! ¡No veo, castillos de arenas de arenas! ¡No siento, el clamor infantil de los juegos de pelota!

De mis hijos a mis nietos han transcurrido 40 años y **las playas se han despoblado de niños.** Siento pena.

¡Buen verano!



Rafael Reche Silva, alumno del APFA y miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA. Universidad de Granada

TERCERA EDICIÓN DE LA SEMANA EUROPEA ONLINE DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

18 y el 20 de octubre en Gdansk, Polonia



La asociación europea AAL (Ageing Well in a digital world) ha anunciado la próxima celebración de la tercera edición de la Semana Europea del Envejecimiento Activo y Saludable.

AAL es un programa europeo que financia la innovación que nos mantiene conectados, saludables, activos y felices hasta nuestra vejez.

Tendrá lugar entre el 18 y el 20 de octubre en Gdansk, Polonia, y constará de talleres interactivos, debates, sesiones plenarias, exposiciones y actividades de creación de parejas. El evento se basará en los diez años de legado del Foro AAL de la Asociación AAL, compartiendo conocimientos y mostrando la innovación en todos los niveles en el sector del envejecimiento activo y saludable.

Este encuentro tiene como objetivo convertirse en la plataforma europea de redes e intercambios para brindar apoyo a la innovación y cooperación interdisciplinaria para el envejecimiento activo y saludable. Reúne a socios colaboradores de toda Europa (desde la industria y el mundo académico hasta los proveedores de atención y las propias personas mayores), que tienen interés en promover y apoyar el envejecimiento saludable para innovar nuevos modelos de servicios, como en salud y atención, aprendizaje permanente y empleo.

Estamos viviendo más que nunca, por lo que debemos asegurarnos de que estamos envejeciendo bien.

EWAHA (European Week Active Healthy Ageing) del 18 al 20 de octubre de 2022

- Talleres de trabajo
- Lecciones de 15 años desarrollando desarrollo de soluciones TIC para personas mayores; recopilación de los pasos para la ampliación.
- Llevar la RV (realidad virtual) a los cuidados paliativos: una guía para innovadores sobre el final de la vida
- UX in Care Recruiting Innovation: aplicación de la investigación de usuarios en el proyecto HEROES
- Hacia la innovación (eco-)sistémica y la colaboración para envejecer bien en Europa
- Co-diseño de inodoros inclusivos apoyados por TIC y los desafíos hacia soluciones útiles y sostenibles
- Diseño de juegos serios basados en realidad virtual para la prevención de la demencia - Game4Mind
- Ecosistemas innovadores de salud y atención: facilitar un enfoque de ciclo de vida para el envejecimiento activo y saludable: construir el caso para la atención integrada
- Estrategia, Segmentación, Storytelling y Social media. Nuestro enfoque 4S para comunicar la investigación y aumentar la conciencia pública. Principales consejos y lecciones aprendidas al trabajar con AAL y otras organizaciones y proyectos de investigación

- Los secretos del éxito de los empresarios de AAL
- Comprobación de la salud del ecosistema
- La libertad y la inclusión están a solo un clic de distancia
- Cómo cocrear un calendario comunitario con personas mayores de tu vecindario usando PlaceCal
- Un enfoque de curso de vida, TIC para el deterioro cognitivo: estado del arte, desafíos y perspectivas, ejemplos del proyecto ReMember-Me
- Aumente el impacto de su proyecto financiado por AAL a través de la accesibilidad digital
- Culturas de impacto revisadas: una primera forma de salir de los conflictos de la cultura de impacto, basada en la comprensión interdisciplinaria y los enfoques estructurados centrados en AAL en el proyecto 3vAA-Luation
- Transferibilidad de soluciones digitales en salud: de la investigación a la realidad
- Los beneficios y desafíos que aportan las soluciones apoyadas en TIC para superar los desafíos de una sociedad que envejece: la experiencia de 3 proyectos de compras precomerciales
- El futuro de la robótica social para ayudar a la población que envejece
- Impacto de la Danza en el envejecimiento desde varias perspectivas
- ¿Cómo puede ayudar el uso de sensores corporales a evitar hospitalizaciones innecesarias?
- La vida es para vivirla: cómo prevenir la soledad involuntaria
- Canalización de los comentarios de los usuarios hacia los modelos de negocio: experiencias del proyecto GUIDed
- El impacto por diseño como clave para mejorar el impacto de los proyectos y experiencias de AAL
- Digitalización del diálogo ético AAL

Toda la información en:

<https://ageing-well-week.eu/programme/>



MANIFIESTO A FAVOR DE LA CREACIÓN DE UNA CONVENCIÓN INTERNACIONAL SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

Con motivo del 1 de octubre,
Día Internacional de las personas mayores

Las personas mayores no pueden disfrutar de sus derechos en igualdad de condiciones que las demás, lo que afecta a multitud de aspectos de sus vidas y a su dignidad. El edadismo, definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como *los estereotipos, los prejuicios y la discriminación hacia las personas en función de su edad*, está presente a todos los ámbitos de la sociedad y en muchos ámbitos de la cotidianidad de las personas mayores. Entre las consecuencias de esta discriminación específica, nos encontramos desde la exclusión en el espacio público, hasta la limitación de su autonomía o el maltrato o abuso hacia las personas mayores.

Asimismo, el edadismo, como cualquier otro tipo de discriminación, no puede ser analizado como un fenómeno aislado y unidimensional. Desafortunadamente, muchas personas son víctimas de una discriminación múltiple, que superpone la discriminación por edad a otras situaciones de discriminación y vulnerabilidad. En concreto, creemos que es de especial trascendencia destacar el caso de las mujeres mayores, que representan **el grupo social en mayor riesgo de exclusión, especialmente si se asocia la edad a factores como la discapacidad, la inmigración o la pobreza.**

La vulneración de los derechos de las personas mayores se produce en todos los ámbitos sociales: en el empleo, en la educación, en la participación social y política, en el acceso y promoción de la salud, en el acceso a la justicia y en el ámbito de la protección social y los cuidados, donde hemos podido ver tras la pandemia la debilidad de los sistemas y servicios públicos y privados de atención a los cuidados. Seguimos teniendo una deuda moral con todas las personas mayores que fallecieron durante la pandemia sin recibir la atención sanitaria adecuada.

Desde la Mesa Estatal por los Derechos de las personas mayores celebramos algunos avances de los últimos años y agradecemos el interés de los poderes públicos por nuestras reivindicaciones. Agradecemos la aprobación de la *Ley integral 15/2022, de 12 de julio, para la igualdad de trato y la no discriminación* y la *Ley Orgánica 6/2022, de 12 de julio, complementaria de la Ley 15/2022, de 12 de julio*, donde se hace una referencia explícita, por primera vez en nuestro derecho interno, a la discriminación por razón de edad.

En febrero de este año, también presenciamos la aprobación del Informe de la Ponencia de estudio sobre el envejecimiento en España por parte del Senado. Gracias a este informe, se pusieron de relieve la necesidad de creación

de un Pacto de Estado para la protección y promoción de los derechos de las personas mayores, la elaboración de una estrategia nacional sobre la soledad no deseada y se abordó de forma específica el derecho de las personas mayores a una vida independiente y la necesidad de crear espacios amigables e inclusivos para las personas mayores, entre otras. Esperamos a partir de aquí que se cumplan todas cuestiones planteadas en estas recomendaciones.

También ha sido positivo el Acuerdo alcanzado entre el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 y las Comunidades Autónomas del pasado 28 de junio, publicada mediante una Resolución del 28 de julio de 2022. Este Acuerdo mejorará los criterios comunes de acreditación y calidad de los centros y servicios del Sistema de Atención a la Dependencia y supone un avance sobre la situación actual del modelo de residencias y servicios de atención a personas mayores. Esperamos que estos cambios sean rápidos ya que la gravedad de los problemas y carencias detectadas en las residencias no pueden esperar más tiempo.

A nivel internacional, también a lo largo de este año, hemos contemplado como diversos organismos de las Naciones Unidas han apostado por el carácter urgente de la creación de una **Convención específica sobre los derechos humanos de las personas mayores**. En concreto, cabe destacar el Informe de la Alta Comisionada de Naciones Unidas para los Derechos Humanos, donde se pone de manifiesto y reconoce que el marco internacional actual proporciona una cobertura fragmentada e incoherente de los derechos humanos de las personas con edad (...) y que es necesario proceder sin demora a formular un marco coherente, amplio e integrado en lo que respecta a los derechos humanos de esas personas.

En ese mismo sentido destaca el posicionamiento de Naciones Unidas en diferentes foros donde se reitera la necesidad de la Convención como instrumento jurídico **vinculante, carácter que no tiene el vigente Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento**. Así se ha puesto de manifiesto en la reunión de múltiples partes interesadas sobre los derechos humanos de las personas mayores del pasado mes de agosto, el Grupo de Trabajo de composición abierta sobre el envejecimiento y la Conferencia Ministerial de la Comisión Económica de las Naciones Unidas para Europa (UNECE) sobre envejecimiento, en el contexto de las reuniones del Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento (MIPAA +20).

Teniendo en cuenta todo esto y que las personas mayores representan ya casi el 25% de la población de nuestro país y es el grupo de población que más va a crecer en el próximo año, **creemos necesario y urgente que se apruebe una Convención de Naciones Unidas que promueva y garantice los derechos de las personas mayores, en toda su diversidad, para que los gobiernos y las sociedades de todo el mundo, sean conscientes de sus obligaciones y responsabilidades en materia de derechos humanos hacia las personas mayores, ahora y en el futuro, facilitando los procesos de participación de las personas mayores en todas las acciones.**

Desde la Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores (formada por más de 20 entidades del tercer sector), creemos que es absolutamente indispensable que el gobierno de España adquiera consciencia de las lagunas normativas existentes respecto a la protección de derechos de personas mayores. La creación de un instrumento jurídico vinculante como la Convención, supondría un gran avance en la defensa de derechos de este colectivo y en la lucha contra el edadismo.

La Unión Europea y sus Estados miembros han demostrado ser líderes mundiales en la defensa de los derechos humanos y apoyar la creación de una convención sobre los derechos de las personas mayores, demostraría que el respeto de los derechos de todas las personas continúa siendo una prioridad y una seña de identidad del proyecto común europeo.

Solicitamos a la Mesa del Congreso de los Diputados y del Senado, a todos los grupos parlamentarios, que **apoye la celebración de una Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las personas mayores y que se inste al Gobierno a formar parte activa del Grupo de Trabajo Abierto de las Naciones Unidas en relación a dicha Convención;** y con motivo del Día Internacional de las personas mayores (oficialmente se denomina Día Internacional de las Personas de Edad), que celebramos el 1 de octubre, España se sume a ese movimiento global que defiende y reivindica este nuevo instrumento internacional de protección de derechos humanos, que cada día se demuestra que es más necesario.

Madrid, 25 de septiembre de 2022.



CONSTITUCIÓN DEL CONSEJO ESTATAL DE PERSONAS MAYORES



El 28 de septiembre de 2022 lugar, en la sede del Imserso, la reunión constitutiva del Consejo Estatal de las Personas Mayores, donde se procedió a la elección y renovación de su estructura orgánica.

CAUMAS tiene su representación con una consejera, en la persona de su presidenta, Marina Troncoso y como suplente la secretaria general, Elisa Nuez Patiño.

D^a. Inmaculada Ruiz Martín (Unión Democrática de Pensionistas) fue elegida vicepresidenta tercera, mientras que D. Manuel Menéndez García (UJP-UGT) ocupará el cargo de secretario del Consejo.

Asimismo, se constituyó la Comisión Permanente del Consejo (donde participan representantes tanto de las entidades y asociaciones de personas mayores, de los consejos autonómicos de personas mayores, de las comunidades autónomas y distintos departamentos ministeriales). En la Comisión Permanente del Consejo ha obtenido un puesto Marina Troncoso, presidenta de **CAUMAS**.

Se conformaron diferentes grupos de trabajo, de cara a orientar las diferentes materias que serán abordadas en el seno del Consejo.

Tras llevarse a cabo el proceso electivo, tomaron la palabra D. Ignacio Álvarez Peralta, Secretario de Estado de Derechos Sociales, D^a Lilith Vestrynge Revuelta, Secretaria de Estado de Agenda 2030, y D. Luis Barriga Martín, director general del Imserso, que de manera conjunta con las consejeras y consejeros del CEPM analizaron distintas cuestiones relativas a la situación de las personas mayores desde diferentes puntos de vista, y abordaron los principales retos de futuro relativos al Consejo Estatal de las Personas Mayores.



https://www.imserso.es/imserso_01/eL_imserso/relaciones_institucionales/consejo_estatal_personas_mayores/index.htm

LA UNIVERSIDAD DE MAYORES ABIERTA AL FUTURO

XX JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PUM



El título refleja el espíritu positivo de las jornadas y la voluntad del colectivo de los alumnos mayores universitarios de mirar hacia el futuro, abriéndose a nuevas posibilidades, sin miedo, porque tenemos futuro, porque tenemos ilusión, proyectos de vida y somos agentes activos, partícipes y protagonistas del desarrollo social, cultural y científico de la sociedad en la que convivimos.

CAUMAS, como convocante de las XX Jornadas, siempre está abierta a las propuestas de las asociaciones, las universidades, los profesionales, expertos, responsables políticos y de los propios alumnos del PUM para trabajar en las mejoras necesarias, para los alumnos actuales y muy importante, también para los futuros alumnos de los PUM, que son muchos los que vendrán, por lo que debemos actuar ahora con visión de futuro.

La XX edición de las Jornadas ha sido la primera presencial tras la pandemia, y este encuentro ha fortalecido, aún más si cabe, el intercambio, convivencia y relaciones entre las distintas asociaciones universitarias de mayores que han participado presencialmente y aquellas que han seguido en directo las jornadas a través de la Plataforma Digital de CAUMAS.

Enhorabuena al equipo de voluntarios de ALUMA, a su presidente, José Rodríguez y a su secretario, Rafael Reche, por el gran trabajo realizado; resultando unas magníficas jornadas, tanto por el contenido de las intervenciones y conferencias, muy interesantes y de una gran calidad, como por las atenciones recibidas por todas y cada una de las personas asistentes. Han sido unas jornadas inolvidables.

CONCLUSIONES

Somos un puente entre la Universidad y la Sociedad

- 1** La posibilidad de intercambiar información y experiencias es la primera conclusión que resaltan las personas participantes en las jornadas, argumentando que estos encuentros anuales son imprescindibles para seguir trabajando en objetivos comunes.
- 2** Como reza el lema de las jornadas, estamos trabajando en el presente para avanzar en el futuro, pero se ha aportado en este encuentro que es mejor trabajar en el "devenir", menos etéreo, y que significa hacerlo todos los días hasta el próximo "venir".
- 3** Queda claro que "seguimos siendo universitarios", pero hay que resaltar la importancia del "DE", como aporta el Director del APFA, Juan Antonio Maldonado: ser alumnos DE la Universidad, ser socios/as DE nuestras asociaciones, ser pilares DE la sociedad.
- 4** Hay que seguir luchando para acceder a las oportunidades que nos puedan ofrecer las universidades hasta conseguir nuestro objetivo, como han recomendado algunas asociaciones que se benefician de aulas gratuitas, ordenadores, espacios deportivos, culturales, etc. que suponen también una reducción de costes. Y la participación en el desarrollo del PUM.
- 5** Como puentes entre la Universidad y la Sociedad, no solo somos alumnos receptores de formación, sino emisores de iniciativas derivadas de la experiencia y de nuestra continua actividad, sin tener la necesidad de suplantar a nadie, sino de fomentar el intercambio intergeneracional.
- 6** Se ha dejado constancia que desde las asociaciones seguimos trabajando en buscar y conseguir espacios intelectuales que beneficien a la sociedad. Es primordial "copiar" las buenas ideas y evitar los errores ya cometidos.
- 7** Sigue habiendo una gran y preocupante diferencia entre el trato que tienen algunas asociaciones por sus universidades, por lo que hay que trabajar en un marco común donde nos podamos ayudar y beneficiar todas, respetando la idiosincrasia de la relación de cada asociación con su universidad.
- 8** Vivir disfrutando y aprendiendo, es una forma de vida.
- 9** Fomentar y desarrollar las relaciones con las instituciones políticas, como nos ha demostrado la federación gallega FEGAUS, porque tener una financiación facilita mucho las cosas, y porque además de ser universitarios pertenecemos como ciudadanos a la sociedad, a un colectivo como es el de las personas mayores, que es heterogéneo. Somos un puente entre la Universidad y la Sociedad, y tenemos una importante labor de ofrecerles y hacerles llegar este conocimiento.
- 10** Impulsar y apoyar y fomentar la investigación, con carácter serio y académico, sobre qué es el movimiento asociativo universitario de las personas mayores, que carencias tienen, que beneficios aportan, qué necesitan para avanzar, y de este modo difundirlas y publicarlas para que se conozca en todos los ámbitos sociales.

OBJETIVO:

Se hace un llamamiento a los alumnos mayores universitarios que tienen estudios universitarios y han sido investigadores para formar a corto plazo un equipo propio multidisciplinar para fomentar la investigación. CAUMAS se compromete a coordinar las solicitudes y desarrollar la labor junto con las asociaciones implicadas.

Granada, 16 de septiembre de 2022





 "No trabajamos para nosotros
 sino para los que vienen detrás"
 Federico García Lorca

XX

**Jornadas Internacionales
 sobre Asociacionismo en los Programas
 Universitarios de Mayores**

**International Conference on the Association
 Movement in Senior University Programs.**

**La Universidad de Mayores Abierta al
 Futuro**
The Senior University and the Future

14-17 septiembre 2022
 Granada

CRÓNICAS DE LAS XX JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOC



Crónica de Antonio Arenas



La rectora de la UGR, Doña Pilar Aranda, en la inauguración de las XX Jornadas.

Unas 260 personas participan en Granada en las XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en la que han disfrutado de actividades académicas y lúdicas

En la jornada del miércoles se inauguraban en el Paraninfo del Campus de la Salud las XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programa Universitario de Mayores (PUM). José Luis Delgado, presentador del acto fue anunciando a cada uno de los participantes en el acto inaugural comenzando por Juan Antonio Maldonado, director del Aula Permanente de Formación Abierta, al que sucedieron el presidente de ALUMA, José Rodríguez; la presidenta de CAUMAS, Marina Troncoso; el delegado territorial de Turismo, Cultura y Deporte, Fernando Egea Fernández; la Subdelegada del Gobierno en Granada, Inmaculada López Calahorro; la Diputada de Cultura, Fátima Gómez; el alcalde de Granada; Francisco Cuenca y Pilar Aranda Ramírez, rectora de la UGR, que dieron la bienvenida a las 260 personas procedentes de Canarias, Galicia, Aragón, Madrid, Asturias, Navarra, Cataluña, Murcia, Castilla y León, Castilla-La Mancha y resto de Andalucía.



Autoridades y organizadores de las XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programa Universitario de Mayores (PUM) Foto: Antonio Arenas



CIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

Todos coincidieron en señalar la importancia de la oferta formativa universitaria para las personas mayores y en destacar los valores patrimoniales de la ciudad de acogida. A continuación, se emitió una conferencia sobre Lorca de Luis García Montero ante la imposibilidad de estar en Granada tuvo que grabar en su última visita a la ciudad y los alumnos del Taller de Arte Dramático y Escenografía del APFA, bajo la dirección de Oren Moreno, pusieron en escena 'Recuerdos de Lorca' que fue muy aplaudida.



Los actores y actrices de 'Recuerdos de Lorca' fueron aplaudidos durante varios minutos. Foto: Antonio Arenas.

Las Jornadas que se celebran bajo el lema 'La Universidad de Mayores abierta al futuro' se prolonga hasta el sábado, con un amplio programa de actividades que contemplan tanto actividades académicas como lúdicas. Entre las primeras, en la mañana del jueves el profesor Guirao Piñeyro, ofrecía una conferencia sobre 'El Aula Permanente y ALUMA', en tanto que la presidenta de CAUMAS Marina Troncoso, disertaba sobre 'Presente y futuro de las Asociaciones'. Sobre este mismo tema también habló José Luis Muñoz, de ALMUCAT, centrándose en su colectivo al igual que Alejandro Otero, de FEGAUS, y Domingo Santana, de Peritia et Doctrina, además de temas curiosos relacionados con álgebra y geometría en la Alhambra por el profesor Rafael Pérez Gómez o de 'La escritura creativa en la madurescencia' de lo que habló Alberto Omar Walls.

En la jornada del viernes, Susana Rocha, profesora en la Universidad de Río Cuarto (Argentina) y Mireya Viladevall, profesora en la Universidad Autónoma Ciudad de México presentarán online el Proyecto de Investigación Intergeneracional e Intercontinental 'Cartas de ida y vuelta'. Por su parte Manuel Zafra y José María Ruíz darán a conocer el 'Grupo de Investigación Por una senda clara'. El programa se ha completado con visitas a la Alhambra, Albaicín, Parque de las Ciencias, excursión a la Alpujarra y una cena de gala en el Carmen de los Mártires.



Antonio Arenas
Periodista, profesor y alumno del APFA
Universidad de Granada

Cena de gala en el Carmen de los Mártires. Foto: Antonio Arenas



Crónica de Remedios Seijo



¿Y qué puedo decir de Granada?, una de las joyas de España. Al pie de Sierra Nevada se encuentra esta exquisita ciudad que nos acogió con todos los honores a mediados de septiembre con un tiempo insuperable.

El hechizo de esta ciudad nos recibió el miércoles por la tarde para darnos las credenciales de las XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los PUM. En esta ocasión marchamos para "El Paraninfo" de la Universidad donde nuestros compañeros de ALUMA (Asociación de Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta Universidad de Granada) nos estaban esperando con las autoridades para la inauguración del acto.

D. Luis García Montero. Director del Instituto Cervantes abrió el acto con una conferencia inaugural. A continuación, los alumnos del Taller de Arte Dramático nos presentaron la Obra de Teatro "Recuerdos de Lorca". Y al finalizar su actuación, pasamos a degustar un cóctel enclavado en pleno recinto, ofreciéndonos desde su terraza unas vistas muy especiales con un encanto a la ciudad granadina.

El jueves por la mañana tuvimos nuestro primer día de trabajo en donde nuestra presidenta abrió el acto. Dña. Marina Troncoso nos habló del "Presente y futuro de las asociaciones" y a continuación los ponentes nos presentaron todas sus credenciales. Ya una vez que pasamos la mañana entre ponencias y preguntas a los participantes, nos llegó la hora de almorzar y lo hicimos en el mismo comedor de la universidad.

La tarde nos esperaba larga. La dejaron para que nos recibiera el barrio más antiguo, el "Albayzin" situado frente a las colinas de la Alhambra, en el centro San Cristóbal y rodeado por el Sacromonte, la calle Elvira y el río Darro. Tengo que reconocer que el Albayzin es un mundo y aparte pienso y reconozco, que siempre, por lo que oí, es una ciudad encerrada en si misma dentro de Granada. Posiblemente por su fuerte influencia musulmana que ha tenido desde sus orígenes, tenemos que reconocer que es un lugar con muchas vistas de interés, te puedes encontrar murallas medievales, impresionantes miradores, aljibes, casas árabes, palacetes con un encanto único y bellos "cármenes". En la época Nazarí era todo un "Vergel".

Caminando por sus estrechas calles llegamos al "Teatro flamenco de La Chumbera" donde cenamos a base de pinchitos para luego ver y disfrutar de una noche flamenca donde nos ayudó a entender el ángel del flamenco.

La mañana del viernes continuamos con nuestras ponencias y una reunión de presidentes de las asociaciones. Luego pasamos al almuerzo, para más tarde continuar visitando el "Parque de las Ciencias". una vez terminamos esa visita nos fuimos a poner elegantes, para poder disfrutar de una noche muy especial, yo diría mágica, de la cena de clausura de las Jornadas. Nuevamente disfrutamos de un sitio muy especial situado en el "Carmen de los Mártires", construcción del siglo XIX con amplios jardines de estilo barroco francés. Posee, además, un amplio estanque con una estatua de Neptuno en el centro; también tiene un jardín de las Palmeras, pero este ya es de estilo inglés. Todos esos jardines son la belleza de ese Carmen y mucho más. El aperitivo lo disfrutamos con la ALHAMBRA de fondo con sus luces de ocaso, La cena fue en sus jardines, donde luego terminó con una noche de baile como no pueden faltar en estas "cenas de clausura".

Y el sábado día de convivencia de todos los congresistas qué mejor que una excursión a la Alpujarra. Salimos por la mañana temprano por aquellas carreteras estrechas y sinuosas donde su paisaje abrupto y colorido y su orografía, están surcados de barrancos, desfiladeros y valles con la belleza de sus pueblos. la paz que allí vas respirando hace que merezca la pena ver todas esas montañas. La Alpujarra es una de las regiones de la provincia de Granada donde aparecen leyendas por su historia y por ser un lugar tan especial, Entre los pueblos más bonitos de la Alpujarra granadina se podrían destacar Pampaneira, Capilleira y Bubión por una belleza única, poseyendo la identidad de una rica vida cultural.

También habría que destacar el menú del que disfrutamos: plato típico de jamón con patatas a lo pobre, huevo frito, chorizo y morcilla. Plato contundente pero regado con los vinos de la zona, siendo sus viñedos son los más altos de Europa. Un vino muy fuerte, pero la zona lo requería.

Y así terminamos la interesante historia de las Alpujarras, de pobladores antiguos. Prácticamente intacta desde la época árabe, aún conserva su arquitectura beréber original, única en España. Sólo a finales del siglo XIX comenzaron a llegar los primeros artistas, bohemios y viajeros hasta la actualidad.

Y así terminamos este fin de semana largo e intenso en tierras granadinas, donde las jornadas una vez más han sido un éxito.

Gracias Granada ¿tierra mora o cristiana?

*¡Lo mejor está siempre por llegar, y llega muchas veces!
¡A nosotros nos llegó en Granada! ...*

Remedios Seijo
Tesorera de CAUMAS



Crónica de Francine Vouets Bauwens



Entre los días 14 y 17 de septiembre, se celebraron las XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los PUM, organizadas por ALUMA en el Paraninfo del Campus de la Salud de la Universidad de Granada, bajo el título "La Universidad de Mayores abierta al futuro". El objetivo era poner en común las experiencias de las asociaciones y evaluar cómo potenciar el futuro de los Programas Universitarios de Mayores.

En el acto de inauguración, tuvimos la gran suerte de poder escuchar una conferencia de Luis García Montero, Director del Instituto Cervantes. Aunque no le fue posible asistir personalmente por motivos de agenda de última hora, pudimos verle a través de una grabación en la que nos habló de García Lorca y su poesía, en particular, "Poeta en Nueva York", escrito durante su estancia en dicha ciudad. Fue un verdadero regalo poder escuchar cómo Luis García Montero desgranaba algunos de sus poemas, cómo nos descubría los sentimientos expresados en ellos y nos ayudaba a entenderlos, particularmente para los que nos cuesta leer e interpretar poesía, como es mi caso.

Seguidamente, tuvo lugar una representación teatral de la obra "Recuerdos de Lorca", por parte del alumnado del Taller de Arte Dramático y Escenografía, Aula Permanente de formación abierta de la UGR. En ella, Lorca ya en su madurez, invita a los actores que interpretaron sus personajes más conocidos de Bodas de sangre, La casa de Bernarda Alba y Yerma, a rememorar juntos algunos de los momentos más emotivos. Me pareció una representación con un enfoque muy original hacia la obra de García Lorca y desde aquí felicité a los actores aficionados por su gran profesionalidad y la pasión con la que actuaron. El acto de inauguración finalizó con un estupendo cóctel de bienvenida durante el cual pudimos conocer e intercambiar algunas palabras con compañeros de otras asociaciones.

Durante los dos días siguientes, asistimos a diversas ponencias de asociaciones no solo españolas sino también internacionales (Argentina y México), permitiéndonos conocer el trabajo que realizan otras asociaciones. Fueron unas ponencias muy interesantes y provechosas, ayudándonos a conocer las experiencias de otras asociaciones y enfocar nuestro futuro.

Al final del primer día de ponencias, Rafael Pérez Gómez, Profesor del Aula Permanente de Formación Abierta (APFA) de la UGR, nos deleitó con una magnífica conferencia, "Algebra, geometría y belleza en la Alhambra", prelude de nuestra visita a la Alhambra prevista para el domingo por la mañana y que contribuiría a un mayor disfrute aún de tal emblemático lugar.

El último día, se organizó una mesa redonda, "Las relaciones de las asociaciones con la Universidad", en la que participaron 6 asociaciones, y en la que pudimos darnos cuenta ¡cuán diferente puede ser la relación con su universidad en cada asociación! ¡No todas tienen la suerte de contar con la colaboración de la universidad!

A continuación de las sesiones mañaneras y después de comer en el comedor del Campus de la Salud, por la tarde, entre otras actividades, los congresistas pudimos disfrutar de un recorrido por el Albaicín de la mano de voluntarios de ALUMA. Había estado ya en Granada, pero nunca me había adentrado en este barrio con sus calles empedradas, sus Cármenes, sus rincones llenos de encanto y sus maravillosos miradores sobre la Alhambra. Fue un paseo muy bonito, aunque un poco cansado, pero mereció la pena. Después de este recorrido, asistimos a una maravillosa noche flamenca en el Teatro de la Chumbera.

Como colofón a las Jornadas, la Cena de Clausura se celebró en el Carmen de los Mártires, un lugar maravilloso situado en el entorno de la Alhambra y desde donde se pueden apreciar unas magníficas vistas sobre Granada. Nos sirvieron una exquisita cena durante la cual tuvimos ocasión de charlar con compañeros de otras asociaciones sentados en nuestra mesa. Terminamos la velada con un divertido baile en un ambiente festivo.

El sábado, día de convivencia, nos llevaron de excursión a la Alpujarra, de curva en curva llegamos a algunos de sus más pintorescos pueblos (Pampaneira y Capileira), por los que paseamos, y Trévez, famoso por sus jamones curados, donde visitamos un secadero de jamones y nos ofrecieron un aperitivo en el que pudimos degustar algunos de sus productos. A continuación, probamos el típico plato alpujarreño, que engloba los productos más representativos de la comarca de la Alpujarra: morcilla, lomo de orza, longaniza, papas a lo pobre con huevos fritos y jamón serrano. ¡Una delicia, olvidándonos del colesterol!

Ya fuera de programa, el domingo por la mañana, divididos en varios grupos, cada uno llevado por voluntarios que muy amablemente se habían ofrecido a acompañarnos, visitamos los jardines del Generalife y los Palacios de la Alhambra.

Así terminaron unas Jornadas vividas muy intensamente, con cierto cansancio, pero con mucha alegría y gratitud hacia el gran trabajo realizado por nuestros compañeros de Granada para organizar este evento en el que participaron más de 200 personas, y hacer que fuera todo un éxito. ¡Enhorabuena!

Francine Vouets Bauwens
 Secretaria de Audema (Asociación Universitaria de Mayores)
 Universidad de Alcalá



Crónica de PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC



Con motivo de la celebración de las XX JORNADAS INTERNACIONALES DE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES, nos desplazamos a Granada, 39 socios de la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC.

El día 14 de septiembre por la mañana, visitamos La Cartuja, acompañados de la Sra. Esther (guía turístico), que nos dio a conocer la historia y bellezas del lugar.



La Cartuja - Granada



La Cartuja - Granada

Por la tarde acudimos a la presentación de las XX JORNADAS, con la presencia de las autoridades académicas, políticas y militares.

Disfrutamos de la presentación y la obra de teatro. A continuación, asistimos al coctel de bienvenida.



Parainfo Campus de la Salud



14/09/2022 18:06



Jueves 15 Septiembre

Asistimos a las diferentes ponencias presentadas por las distintas Asociaciones de CAUMAS.



Ponencia – Domingo L. Santana López



Comedor Campus Universitario de la Salud

PERITIA ET DOCTRINA estuvo representada por Domingo L. Santana López, con la ponencia "Lo que más nos importa es VIVIR".

Después del almuerzo en los comedores universitarios del Campus de la Salud, por la tarde visitamos el Albaycín, haciendo un recorrido espléndido hasta llegar andando al Teatro de La Chumbera (Sacromonte) donde un grupo flamenco nos deleitó con una actuación magistral.



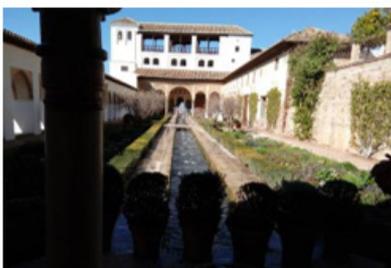
En la mañana del viernes 16 seguimos con las ponencias de las JORNADAS.

Reunión de presidentes y el cierre de las jornadas. Se anuncia la sede para las XXI JORNADAS. Será en Madrid. En la sede de COLMENAREJO de la Universidad Carlos III. Por la tarde Visita al Parque de las Ciencias.



Cena de clausura en el Carmen de los Mártires.

Sábado 17. Excursión a la Alpujarra. Visitando varios pueblos. Recorriendo sus calles, rincones, fuentes y degustando el jamón y quesos de la zona.



Domingo 18. Visita a la Alhambra

Una experiencia más dentro de las actividades de las Asociaciones, a las que la Asociación PERITIA ET DOCTRINA se suma siempre en la medida de nuestras posibilidades

Buen ambiente, compartiendo conocimientos y experiencias para seguir sumando y viviendo plenamente.

Gracias Granada.

Domingo L. Santana López
Vicepresidente de la Asociación
PERITIA ET DOCTRINA - ULPGC



ASOCIACIÓN DE MAYORES DE LA UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Círculo de Amistad XII de Enero

RECITAL

Ejercicio Músico-Teatral

CORAL SÉNIOR UNIVERSITARIA ARS CANENDI DE LA ULL:
Director: David Marrero Pérez.

COMPañÍA PIRÁMIDE TEATRO:
Directora: Ana Cristina Romero Díaz.

Temporada 2021-2022

ZORONGO.
TAN CERCA DE AQUÍ.
ALMA, CORAZÓN Y VIDA.
BAILA QUE VIENE EL DÍA.

PROHIBIDO RESPIRAR.
LAS TIERNAS DAMISELAS.

PIRÁMIDE TEATRO

Jueves, 28 de julio de 2022, a las 19:30 horas
Teatro Social, Sede de Santa Cruz

Entrada libre
hasta completar aforo

Organiza: AMULL
Colabora:

Una sociedad abierta, plural, participativa, democrática y solidaria

circulodeamistad.es

El jueves 28 de julio a las 19:30 h, en el Teatro del emblemático Círculo de Amistad XII de Enero de la capital, Santa Cruz de Tenerife, AMULL presentó al gran público de Tenerife, el trabajo de la temporada 2021/2022 de su dos más importantes Secciones: **La Coral Sénior Universitaria Ars Canendi de la ULL**, creada en 2007 y la **Compañía Pirámide Teatro** creada en 2018.

Entre el numeroso público asistieron el senador y académico de la Real Academia de Medicina Dr. D. José Vicente González Bethencourt y la exvicerrectora responsable del programa EUPAM y madrina de la Coral D^a. María Nélida Rancel Torres. Agradecemos especialmente al gerente del Círculo de Amistad, D. Víctor Marrero Rendón por la coordinación del evento y a su vicepresidenta la Dra. D^a. Ana María Díaz Pérez, por la presentación del acto.

EJERCICIO MUSICO-TEATRAL TEMPORADA 2021-2022

ORGANIZA: AMULL-ASOCIACIÓN DE ALUMNOS Y EX-ALUMNOS DEL PROGRAMA DE MAYORES DE LA ULL

COLABORA: CÍRCULO DE AMISTAD XII DE ENERO Teatro Social del Círculo de Amistad XII de Enero
Entrada libre hasta completar aforo

Jueves 28 de julio de 2022, a las 19:30 horas

Texto:

Carmen Gloria Mesa Moreno, Presidenta AMULL
Luis Francisco López de Vergara Méndez, Secretario AMULL

Fotos:

Borja de Angulo Hernández, Departamento de Comunicación AMULL
Asociación de Alumnos de la Universidad de La laguna, Tenerife

PROGRAMA

1. CORAL SÉNIOR UNIVERSITARIA ARS CANENDI DE LA ULL (Director: David Marrero Pérez)



1. ZORONGO.

Popular andaluz,
de Francisco Vila.
Autor:
Federico García Lorca.
Arreglo coral:
David Marrero Pérez.

2. TAN CERCA DE AQUÍ.

Canción Popular de Ucrania.
Música: Levko Lepky,
Arreglo Coral:
A. Avdievsky.
Texto en español:
David Marrero Pérez.



3. ALMA, CORAZÓN Y VIDA.

Vals Peruano.
Música y letra:
Adrián Flores.
Arreglo coral:
David Marrero Pérez.

4. BAILA QUE VIENE EL DÍA.

Danza tradicional rusa.
Arreglo Coral:
A. Avdievsky
David Marrero Pérez.
Texto en español:
David Marrero Pérez.

2. COMPAÑÍA PIRÁMIDE TEATRO (Directora: Ana Cristina Romero Díaz)



Sketches:

- PROHIBIDO RESPIRAR
- LAS TIERNAS DAMISELAS.

Autora: María Luz Fariña González.

Arreglos: Ana Cristina Romero Díaz.



ASOCIACIÓN DE MAYORES DE
LA UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA



El Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna, a través del Área de Bienestar Social, incorporó a los asociados de AMULL a su primer programa estival de actividades para las personas mayores del municipio: "Un verano mayor en La Laguna", una iniciativa de ocio saludable y envejecimiento activo que durante dos meses realizarán en todas las asociaciones del municipio, Charlas, Ocio Activo, etc. En la Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación la Asociación para el desarrollo Económico y Social RAYUELA nos ofrece gratuitamente las siguientes CHARLAS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES:

1. Relación con las administraciones públicas (13 y 27 de junio)

Uso de redes sociales, aplicaciones móviles, como solicitar cita previa, hacer videoconferencias, etc.

2. Consumo (11 y 25 de julio)

Compañías eléctricas (facturas, bono social, etc.), prácticas abusivas de compañías de seguros o telefónicas, como prevenir estafas, entidades bancarias, etc.

3. Protección de Mayores (12 de septiembre)

Redacción de reclamaciones, requerimientos y recursos, copago farmacéutico, servicio canario de salud, etc.

4. Recursos para personas mayores y ayudas directas (29 de septiembre)

Imerso, pensiones contributivas y no contributivas, bonificaciones al transporte, recursos municipales.

5. Movimientos ciudadanos impulsados por personas mayores (10 de octubre)

Movimientos, plataformas, iniciativas impulsadas por mayores, gestión de subvenciones, etc.

6. Gestión patrimonial y el derecho a la vivienda (7 de noviembre)

Cohousing, gestión de testamentos, herencias, hipoteca inversa y renta vitalicia, etc.

Texto:

Carmen Gloria Mesa Moreno, Presidenta AMULL
Luis Francisco López de Vergara Méndez, Secretario AMULL
Asociación de Alumnos de la Universidad de La Laguna, Tenerife



PRESENTACIÓN DE LOS PROYECTOS DE FEGAUS A LA XUNTA DE GALICIA Y A LA UNIVERSIDAD DE BRASILIA

Centro GaiásTech Departamento de Innovación Tecnológica. Área Sociedade

Dixital Axencia para a Modernización Tecnológica de Galicia Xunta de Galicia

Santiago de Compostela, 30 de agosto de 2022

El director general de Mayores y Atención Sociosanitaria, de la Xunta de Galicia, Antón Acevedo, participó la mañana del 30 de agosto en el acto celebrado en el Gaiás, Cidade da Cultura, de Santiago de Compostela, en la presentación de las propuestas formativas de FEGAUS.

Participaron:

- Montserrat Rodríguez Varela. Directora técnica da Escola Galega de Consumo Instituto Galego do Consumo e da Competencia. Vicepresidencia Segunda da Consellería de Economía, Empresa e Innovación.
- La presidenta de CAUMAS, Marina Troncoso.
- Irene Bonome Gradaílle, Jefa del Departamento de Sociedade e Talento Dixital de la Xunta de Galicia.
- Las representantes de la Universidade do Envelhecer-UniSER/UnB, un programa de extensión de la Universidad de Brasilia, dirigido por la investigadora, Karolyn Ramos García.
- La presidenta de ADAYEUS, UDC, Marisa Mauriz.
- La presidenta del IV Ciclo, USC, Concepción Ruiz.
- María Cristina Luginick, vicepresidenta de ASAEXS, de la Uvigo, campus de Pontevedra.
- Pablo Capell Herrero, director de la Secretaría Técnica y Rocío Martín responsable de planificación de la Secretaría Técnica (online) Canal Sénior.



El acto estuvo presentado por María Cristina Luginick, vicepresidenta de ASAEXS, de la Uvigo, campus de Pontevedra. Alejandro Otero, presidente de FEGAUS, inició el acto exponiendo el funcionamiento y las actividades de FEGAUS.



Alejandro Otero, presidente de FEGAUS.

Rocio Martín, de Canal Sénior, hizo la presentación online de la nueva web de FEGAUS y la nueva plataforma, a través de la cual se puede participar en las actividades de una manera sencilla y fácil para los usuarios y de los proyectos realizados.



Rocío Martín, en el vídeo de presentación



Se proyectó el vídeo del proyecto Bela Galicia, aplaudido efusivamente por los asistentes.

Pablo Capell, director de la secretaría técnica cerró la intervención de Canal Senior.

Intervino el director general de Mayores y Atención Sociosanitaria, de la Xunta de Galicia, Antón Acevedo, destacando la importancia de disponer de recursos como los expuestos por FEGAUS para garantizar un envejecimiento activo. Los programas de FEGAUS inciden precisamente en la digitalización a través de proyectos como: *Bella Galicia*, *Banca Digital Séniores*, *Te dinamiza o socialízate*, alguno de los cuales utilizan las aulas CeMIT de la Administración autonómica para llegar a personas mayores de toda la Comunidad. Además, el director general destacó que estos programas tienen especial presencia en el rural gallego. De este modo, apuntó, se busca incidir en uno de los objetivos del Gobierno gallego como es el fomento de servicios y actividades en las zonas menos pobladas de Galicia para permitir que las personas mayores puedan vivir en su lugar de siempre contando con las mismas opciones que en una ciudad.



Antón Acevedo, director general de Mayores de la Xunta de Galicia.

La Xunta destaca la apuesta de Fegaus por la formación continua y digital de los mayores de Galicia. El Gobierno gallego financia la puesta en marcha de los programas de formación impulsados por FEGAUS a través de las ayudas con cargo al 0,7% del IRPF. En el último año, la Xunta destinó 185.000€ para su funcionamiento, lo que permitió el desarrollo de nueve programas durante este 2022 y la puesta en marcha de 129 actividades de formación.

La presidenta de CAUMAS, Marina Troncoso, presentó la comunicación explicativa del funcionamiento y desarrollo de los PUM a nivel nacional, el Programa específico de la Uvigo, y los programas de formación online de CAUMAS a través de su plataforma.



Marina Troncoso, presidenta de CAUMAS.

A continuación, intervinieron las presidentas de las asociaciones de alumnos ADAYEUS de la Universidad de A Coruña, María Luisa Mauriz y Concepción Ruiz, de la Asociación del IV Ciclo de la Universidad de Santiago, campus de Lugo para hablar sobre La Formación de los Programas de en Mayores en las Universidades Gallegas y sus asociaciones.



Concha Ruiz, de la Asociación IV Ciclo de la USC

La Coordinadora Ejecutiva de la Universidade do Envelhecer - UniSER/UnB, un programa de extensión de la UnB (Universidad de Brasilia), Kerolyn Ramos García, explicó el proyecto de investigación relacionado con la formación de las personas mayores en los Programas Universitarios. Un trabajo interdisciplinar que abarca las áreas docentes, sociales y específicas del colectivo de personas mayores. Estuvo acompañada de Andrea Pecce, directora de la Universidade do Envelhecer-UniSER/Universidad de Brasilia.



Kerolyn Ramos García, de la Universidad de Brasilia

Irene Bonome Gradaílle, Jefa de Departamento de Sociedad y Talento Digital de la Xunta de Galicia, expuso el funcionamiento y las actividades de los centros CeMIT de AMTEGA (Agencia para la Modernización Tecnológica de Galicia), fundamentales y la columna que permite la oportunidad para llevar la formación a todo el rural de Galicia.



Irene Bonome, de AMTEGA.

Montserrat Rodríguez Varela. Directora técnica de la Escuela Gallega de Consumo, Instituto Gallego de Consumo y de la Competencia. Vicepresidenta Segunda de la Consellería de Economía, Empresa e Innovación de la Xunta de Galicia, expuso como se desarrolla la formación para el colectivo de mayores sobre el consumo senior. Un proyecto para informar y formar a las personas mayores en un consumo Responsable, Eficiente y con Seguridad a través de charlas explicativas sobre esta temática.



Montserrat Rodríguez, vicepresidenta Segunda de la Consellería de Economía, Empresa e Innovación de la Xunta de Galicia

Al finalizar los asistentes disfrutaron de un almuerzo en las instalaciones del Gaiás y a continuación se realizó una visita guiada a la Cidade da Cultura para las invitadas de la Universidad de Brasilia



Participantes en la jornada de presentación: Leonardo, Rafael y Celso de Uvigo, campus de Ourense, Marina de CAUMAS, Andrea y Kerolyn, representantes de la Universidad de Brasilia, Carmiña, de Santiago, Montse, la viceconsejera de Economía, Concha, de Lugo, Alejandro, de FEGAUS, Marisa y Roberto, de ADAYEUS, Ramón, tesorero de FEGAUS, Constantino, de UVigo, Irene, del Departamento de Sociedad y Talento Digital, Cristiana, de ASAEYS, Pontevedra y Pablo Capell, de Canal Senior.

PRESENTACIÓN DE “BELA GALICIA”

El día 21 de septiembre en la Sala de Eventos, Ciudad de la Cultura de Galicia, Edificio Fontán, con la participación del director general de Mayores y Atención Sociosanitaria, Antón Acevedo Prado, el secretario general de Emigración, Antonio Rodríguez Miranda y el director de Administración e Relaciones con las Asociaciones de *Amigos del Camión de Santiago de la SA*. de Gestión del Plan Xacobeo, Ildefonso de la Campa Montenegro y los responsables de la Junta directiva de FEGAUS y su secretaria técnica, tuvo lugar la presentación del proyecto “BELA GALICIA”.

A la presentación han asistido 5 representantes de la Universidad Séniors de Brasilia *Uniser/UnB* de la capital de Brasil, presidida por la Dra. Margó Karnikowski, y cuatro profesores de dicha universidad, con el objetivo de conocer el proyecto de “Bela Galicia”, y acordar futuras colaboración entre FEGAUS y la Universidad Seniors de Brasilia.

En una reunión posterior a la presentación, se acordó nombrar un equipo de trabajo, para marcar las líneas de participación. Por parte de FEGAUS, lidera el equipo de trabajo Ramón Pou Romay de la asociación ADAYEUS de la Universidad de A Coruña, y por parte de la Uniser/UnB, Isabella Karnikowski, para contemplar un equipo que permita marcar las líneas de trabajo a realizar.



Alejandro Otero, presidente de FEGAUS.



El presidente de FEGAUS, con los representantes a de la Universidad de Brasilia y de la de la secretaria técnica.

El objetivo fundamental del proyecto "Bella Galicia" es mantener un hilo conductor entre Galicia y el resto del mundo y en particular, con los gallegos residentes y emigrantes, que les ayude a valorar la tierra, el idioma y costumbres; estrechar relaciones y facilitar visitas y posibles retornos, a través del canal digital del conocimiento de Galicia, Canal Sénior de FEGAUS.

Desde este canal ofreceremos un conjunto de servicios: informativos, formativos, de participación, de relación, lúdicos... que será el punto de referencia para todos los interesados en conocer Galicia más a fondo.

Con el proyecto "Bella Galicia" se pretende llevar un abrazo de calor humano a todos los gallegos del mundo, unidos por el amor a Galicia y un idioma común, el Gallego.

FEGAUS, agradece la presencia de todas las personas de nuestras asociaciones de Galicia que han asistido a este acto, ha sido la presentación del mayor proyecto, transmitido en directo a todos los Centros Gallegos y contando con la presencia de profesores de los programas de Mayores de la Capital de Brasil.

Alejandro Otero Davila

Presidente de FEGAUS



Asociación de Alumnos & Alumni, UMA Comillas

AUDEMAMC
 UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS
 

PUERTAS ABIERTAS, MANO TENDIDA

La Universidad de Mayores Comillas ha inaugurado el nuevo curso con un acto al que antiguos alumnos, actuales y potenciales, han sido invitados para remarcar el ideario, conocer a los nuevos profesores incorporados al grupo docente que excede de la treintena, la programación de los Seminarios y dar voz a quien quisiera exponer alguna duda o necesitar aclaración.

Carlos Sánchez de la Cruz, nuevo director de la UMA (Universidad de Mayores) ha sido el anfitrión perfecto.

Tradición Enriquecida

El primer día de curso, desde hace varios, a los nuevos incorporados a nuestra universidad, se les prepara un acto de acogida, donde se hacen las presentaciones de dirección, profesorado, AUDEMAMC como asociación de alumnos, y luego se les acompaña en un recorrido por las distintas secciones: librería, gimnasio, biblioteca, etc. acabando en la capilla donde el coro "Acordes Mayores" les brinda un breve concierto y desde allí, se les invita a merendar en la cafetería, donde ya es posible establecer los primeros contactos personales.

Este año también se ha celebrado este ritual, pero días antes, el Director convocó a un encuentro abierto a todos, nuevos y antiguos alumnos, que contó también con la presencia de la **Vicerrectora Doña Paloma Bilbao**, quien nos dio la bienvenida y destacó como "la UMA encarna el espíritu de Comillas basado en la necesidad de la formación permanente". Y es cierto, porque si a lo largo de la vida profesional es perentorio el estar siempre al día, al llegar la jubilación es cuando realmente se elige voluntariamente el qué aprender o repasar. La asignatura pendiente que todos tenemos y que normalmente recoge el apartado Humanidades, al que no siempre se le ha podido dedicar el tiempo que quisiéramos. Por eso estamos de vuelta a las aulas.



Nuestro maestro de ceremonias, el director Carlos Sánchez de la Cruz



Antiguos, actuales y futuros alumnos

Don **Carlos Sánchez de la Cruz** condujo el acto: brillante, con gran despliegue de medios audiovisuales y presenciales. Fueron llamados a participar delegados de curso, profesores, el presidente de AUDEMAC **Bruce Taylor** y se abrió el micrófono para que dudas o aclaraciones se expusieran abiertamente. Ameno, cálido, cercano, el director mantuvo un dialogo respetuoso y receptivo ante las sugerencias.



Los delegados hablan...



Mayores canta Velai Vai

Y todo acabó, además de con actuación del coro, sosteniendo una bebida y bocadito en la mano, a la que fuimos invitados. La reunión se prolongó, porque teníamos ganas de reencontrarnos y ponernos al día con los compañeros. Y hablar de la nueva web de la UMA, con el mismo estilo que la web principal de la universidad. Se ha modernizado y tiene información sobre los cursos y seminarios (que excepcionalmente los temas de estos y la posibilidad de apuntarse, se conocen desde julio), profesorado, eventos y actividades, incluyendo AUDEMAC, además de noticias. **Comillas.edu/mayores**. Merece la pena visitarla.



Por último y no menos importante AUDEMAC



Cóctel de bienvenida en uno de los dos patios emblemáticos de ICADE

Buenas Noticias para Comillas...

Forbes, la prestigiosa revista, no solo publica el ranking de los hombres más ricos del mundo, también presta atención a otros temas. Por ejemplo, a cuáles son las mejores Universidades de España. A Comillas la sitúa en segundo lugar y primero entre las privadas. Se ha tenido en cuenta la oferta educativa, la calidad del profesorado y de la enseñanza, además de la excelente reinserción laboral de los alumnos al terminar los estudios que roza el 100%. "En Comillas, destaca la revista, no solo se educa dentro de las aulas, sino también fuera de ellas se transmite el espíritu universitario, favoreciendo la formación integral del alumnado a través de valores como la sensibilidad humana, la ética y la responsabilidad, y un profundo conocimiento de la realidad social". Enhorabuena Comillas. En la Universidad de Mayores, nos congratulamos de ser parte de ella.

El **Papa Francisco**, ha recibido en audiencia privada a una delegación de la U.P.C. encabezada por el rector, don **Enrique Sanz SJ** y la directora del Instituto Universitario de Estudios sobre Migraciones, doña **Mercedes Fernández**. Comillas presentó el trabajo realizado por encargo de la Santa Sede: elaboración de los perfiles migratorios de 50 países y la actualización de otros 15. Este trabajo se pondrá a disposición de las diócesis para contribuir al trabajo con las personas migrantes y refugiados de todo el mundo.

"Ha sido un encuentro emocionante y alentador" dice el Rector, que destaca el interés del Papa por conocer la realidad de las personas migrantes para que se pueda facilitar la asistencia a aquellos que más lo necesiten. Don Enrique entregó al Papa varios regalos: los libros "De Pirámides y Poliedros" del profesor Santiago Madrigal SJ que ha reconstruido en esta obra las señas del pontificado, y "La Utilidad de lo Inútil" de Nuncio Ordine. Además, uno de los inconfundibles azulejos de las paredes de Comillas, en el que se le reconoce a Su santidad como Miembro de Honor de la comunidad universitaria.



... También para Audemac

116 km. 116 es la distancia recorrida este año por nuestros compañeros, 27 para ser exactos, hasta llegar a Santiago desde el centro de Vigo. Han seguido la **Vertiente Espiritual del Camino Portugal** desde Pontevedra, vía Vilanova de Arousa-Pontecesures hasta Padrón. En Pontecesures, tomaron la ruta marítima llamada Traslatio, el único vía crucis fluvial del mundo con su colección de diecisiete cruceiros que señalan el recorrido del apóstol.



La gran salida de Vigo



El Camino Espiritual

Según la tradición, la barca con el cuerpo de Santiago llegó hasta Iría Flavia y es en este punto, donde la variante espiritual se vuelve a unir al Camino Portugués. Con un promedio de 20 km. diarios en un terreno con notables subidas, cansancio evidente y ánimo inquebrantable, incluso con buen humor, llegaron (todos menos una) a la capital sanos y salvos, en septiembre del Año Santo 2022.



Caminante no hay camino sino estelas en el mar



Tres de los 17 cruceiros



Parte del grupo en la Plaza del Obradoiro

Su esfuerzo bien merecía un premio. Y para su sorpresa lo obtuvieron. El Gran Mestre -Presidente de la Orden del Camino de Santiago, les citó en el Hostal de los Reyes Católicos. En representación del grupo de peregrinos acudieron cinco miembros y recibieron la Medalla Conmemorativa y su correspondiente diploma. El Consejo de la Orden, reconoce con esta condecoración a AUDEMAC, el trabajo de promoción y difusión del Camino y sus muchos méritos.

¿Y cómo consiguieron nuestros ágiles compañeros soportar la dureza del Camino? Con entrenamiento previo, claro. El **Grupo de Senderismo** de AUDEMAC es una buena escuela. Todos los fines de semana se citan en un punto previamente convenido y según su grado de preparación y experiencia, se establecen rutas verdes, amarillas y rojas. No solo disfrutaban del paisaje y descubren maravillas de la naturaleza, también aprenden escuchando al guía sobre fauna y flora de la zona, geografía y geología. Tanto



El Gran Mestre de la Orden presenta a AUDEMAC una Medalla Conmemorativa

ejercicio abre el apetito y esto les permite disfrutar de restaurantes y bares de zonas rurales con comida casera rica, rica.

Otra manera de entrenarse es formando parte del **Grupo de Golf**, que visitan campos no solo de Madrid, sino también de otras provincias españolas. Como veis, mente sana- cuerpo sano, y amigos con las mismas aficiones, son fáciles de conseguir en nuestra universidad.

Echando Humo

La Junta directiva de **AUDEMAC** trabaja a toda máquina preparando las actividades para el primer trimestre del nuevo curso. Aparte de las ofertas deportivas, pruebas para pertenecer al coro, anuncio de que es posible que el próximo año veamos de nuevo actuar a nuestro Grupo de Teatro, ya están en marcha la preparación de visitas a las principales exposiciones programadas en Madrid, paseos por la capital siguiendo itinerarios históricos o literarios, así como descubriendo parques y jardines con historia. Y viajes, y conciertos. Sin olvidar la actualidad que va saliendo al paso y las efemérides que se festejan, como la de Picasso, cincuenta años de su muerte, o la de Pío Baroja en el 150 aniversario de su nacimiento.

Y como ya es habitual, recomendaciones de series, documentales o entrevistas dignas de ver en las distintas plataformas y el Cineclub AUDEMAC. Por cierto, nuestro presidente se ha licenciado en crítico en el séptimo arte, después de seguir el curso correspondiente. En la web ha debutado presentado el documental "Labordeta, un hombre sin más". Hagiografía del polifacético personaje. Bruce piensa que al juzgarla no es del todo imparcial. Ningún crítico lo es. Sus gustos personales siempre entran en juego. Algunos lo reconocen como Carlos Boyero en El País, otros lo disimulan, pero siempre se les acaba cogiendo. Así que Bruce está en la onda. Le deseamos que disfrute en esta nueva faceta

¡Felicidades!

AUDEMAC y sus socios, felicitamos a **CAUMAS** y su nueva Junta Directiva, y a **ALUMA**, asociación de alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, por el éxito de la XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, celebradas en la capital andaluza.

CAUMAS ha diseñado un programa muy interesante con debates, mesas redondas y ponencias que hemos podido seguir a través del enlace facilitado; **ALUMA** se ha encargado de la organización. Ambas han triunfado. Enhorabuena.

El nuevo curso comienza, disfrutadlo.

Texto: Alicia López Budía

Fotos: Bruce Taylor



ASOCIACIÓN UNIVERSITARIA DE MAYORES DE ALCALÁ (AUDEMA)

C/ San Diego 15, 2ºB
28801 Alcalá de Henares (Madrid)
Teléfono: 633 568 858
audema19@gmail.com
www.audema.org

Comida comienzo del curso.

Club del Cocido de comienzo de curso

AUDEMA comienza su actividad y para celebrarlo vamos a dar la bienvenida al nuevo curso con una comida de confraternidad a lo grande.

COCIDO en la cafetería del Rectorado de la Universidad (Plaza San Diego).

Día 29 de septiembre a las 14.00 horas.



CIF: G86243458 - Inscrita en el Registro de Asociaciones de la UAH
Nº de Registro en la CAM Sección 1º Nº 32.220 - Nº de Registro en el Ayuntamiento de Alcalá de Henares: Nº 417



ASOCIACIÓN UNIVERSITARIA DE MAYORES DE ALCALÁ (AUDEMA)

C/ San Diego 15, 2ºB
28801 Alcalá de Henares (Madrid)
Teléfono: 633 568 858
audema19@gmail.com
www.audema.org

Conferencia:

Conferencia histórica: «MARÍA PACHECO, EL ESPÍRITU COMUNERO».

María Pacheco fue, según las fuentes, la persona más odiada por Carlos I. La razón: no solo alimentó en sus inicios el espíritu de los comuneros, sino que siguió con la lucha durante meses, cuando el resto de las Comunidades castellanas se habían rendido tras la terrible derrota de Villalar. Una derrota en la que ella perdió a su marido, lo que no le impidió seguir luchando con todas sus fuerzas por los ideales que ambos habían defendido.

Sede de AUDEMA. 29 de septiembre a las 12.00 horas.

Impartida por **Dña. Olalla García.**

Olalla García nació en Madrid en 1973. Licenciada en Historia, ha realizado cursos de especialización en Salamanca, Bolonia y París. Impartió clases en la Universidad de Alcalá antes de iniciar un periplo que la llevó a residir en varias ciudades europeas, durante el cual redactó sus dos primeras obras. En la actualidad combina la docencia y la traducción literaria con su principal dedicación: la escritura. Será la profesora del Taller de Literatura de AUDEMA en este próximo cuatrimestre.

Actividad gratuita

Entrada libre hasta completar el aforo.



LA EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA DE ALUMA, 'EL AGUA Y SUS PAISAJES', SE MUESTRA EN EL CENTRO DE LENGUAS MODERNAS



El lunes 5 de septiembre de 2022, ha tenido lugar, en el Centro de Lenguas Modernas de la Universidad de Granada, la inauguración de la Exposición de Fotografía, titulada "El agua y sus paisajes", convocada por la Asociación de Alumnos del Aula Permanente ALUMA, en colaboración con el CLM y con autores, todos ellos, alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la UGR. Participantes en el acto inaugural

El acto ha contado con la presencia del Director del CLM, Francisco Javier Montoro, el Diputado Provincial de Turismo, Enrique Medina y del Director del APFA, Juan Antonio Maldonado. Y por supuesto, del Presidente de ALUMA, José Rodríguez. Todos ellos han dirigido al público una alentadoras y optimistas palabras, sobre el sentido de la exposición y el que los alumnos mayores den a conocer a la sociedad granadina los trabajos que realizan, fruto de ellos es la exposición que se inaugura, utilizando conceptos tales como "juventud acumulada" o madurezencia".



A continuación, se ha realizado una visita por toda la galería de la exposición donde los distintos autores de las fotografías han ido explicando sus razones emotivas y las técnicas utilizadas.



La exposición permanecerá en el CLM hasta el 28 de octubre.

"El agua y sus paisajes" es una exposición fotográfica conjunta, de los Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, integrados en la Asociación de Alumnos ALUMA.

El agua tan ligada a la vida y a la ciudad de Granada, el agua está presente vivificando el paisaje, deleitándonos con su sonido, el agua es el gran tesoro que todos tenemos que cuidar y preservar para el futuro. El agua ha sido el motivo elegido para realizar la muestra que se presenta. Los participantes no son profesionales, son aficionados a la fotografía, alumnos mayores que con esta actividad comparten con la sociedad su visión del tema, sus capacidades y sus valores.

Las fotografías expuestas han sido realizadas por Amalia Rosas Marín, Ana Brígida Sánchez Rodríguez, Antonio López García, Javier Pérez Cuadros, Jesús García Aguña, José Ginés Hernández, Juan Castilla Torres, Leonor Algar Reyes, Mario González Iáñez, José Francisco Heras Jiménez y Rafael Reche Silva.

Agradecemos al Centro de Lenguas Modernas la colaboración que nos brinda en estos eventos, ya que hace posible disfrutar, no solo de las distintas obras presentadas, sino también del magnífico Palacio de Santa Cruz, una joya del siglo XVI ubicada en el barrio más granadino, el Realejo.

Inma Cañavate
Vicepresidenta de ALUMA
Universidad de Granada

LA JUNTA DIRECTIVA DE ALUMA HACE PÚBLICO EL PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEL PRIMER TRIMESTRE DEL CURSO 2022/2023

Un programa que según se indica ha sido elaborado «con gran ilusión, tiempo y trabajo por la Vocalía de Cultura de ALUMA, atendiendo a las sugerencias de los socios».

También advierte que dicho programa «puede sufrir cambios que serán anunciados con antelación, así mismo las actividades se detallarán en su momento, espacios a visitar, horarios, costo, el día que se inicia la inscripción, etc.». Así mismo, destaca «la gran acogida que ha tenido la actividad

'Enséñanos tu pueblo' por parte de los socios», pues «entre todos contribuimos a poner en valor el rico patrimonio que acumula nuestra tierra».

Desde 1996, esta asociación formada por universitarios mayores, hombres y mujeres, alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta (APFA) «conforman una gran familia que realiza una

amplia gama de actividades culturales, lúdicas, solidarias...Todas ellas encaminadas a estrechar lazos de amistad, conocer nuestro patrimonio y poner en valor las capacidades y experiencias de los asociados».

PROGRAMA DE ACTIVIDADES PRIMER TRIMESTRE CURSO 2022/2023 (*)

Septiembre

Lunes 5.- Inauguración de la exposición de fotografía "El agua y sus paisajes" en el Centro de Lenguas Modernas. (Fotografías del concurso de fotografía del pasado curso, realizadas por socios de ALUMA y alumnos del APFA).

Miércoles 14 al sábado 17.- XX Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. (Campus de la Salud)

Martes 20 y miércoles 21.- Jornadas de Recepción de Estudiantes. (Paseillos del Campus de Fuente Nueva).

Viernes 30 a domingo 2 de octubre.- "Conociendo España" Viaje cultural Puy Du Fu (el sueño de Toledo), Toledo y Consuegra (viaje aplazado del curso anterior).

Octubre

Lunes 3.- Comienzan las clases en el APFA.

Viernes 7.- "Desgranando Granada" Colección de minerales de la Facultad de Ciencias.

Viernes 14.- JORNADA DE CONVIVENCIA EN LA NATURALEZA

Lunes 17.- Asamblea General Extraordinaria, (Elección de Presidente).

Martes 18 y 25.- Tertulia Poético-Literaria.

Miércoles 19 al viernes 28.- Viaje Cultural a Estambul y Capadocia (Viaje aplazado del curso anterior).

Viernes 21.- "Enséñanos tu pueblo" Cogollos Vega. Centro de Interpretación, Baños árabes, Iglesia de la Anunciación y Jardín de la Paz.

Sábado 29.- "Caminando por Granada y sus contornos" Ruta por la Vega de Granada, con visita y degustación de quesos en la granja Maravillas.

Noviembre

Martes 8, 15, 22 y 29.- Tertulia Poético-Literaria.

Viernes 4.- "Desgranando Granada" Aula Museo de Paleontología en la Facultad de Ciencias.

Viernes 4.- "Conociendo nuestra tierra" IHSM, (Instituto de Hortofruticultura Subtropical y Mediterránea "La Mayora". Visita al centro de investigación y finca experimental "La Mayora" en Algarrobo (Málaga).

Jueves 10.- Último día para entregar las fotografías del VII Concurso de Fotografía.

Viernes 11.- "Caminando por Granada y sus contornos" Ruta botánica por el Parque Natural de la Sierra de Huétor. (Con cata de vino en Bodegas "El Anchurón" de Darro).

Viernes 18.- "Desgranando Granada" Colección Histórico-Didáctica de Zoología de la Facultad de Ciencias.

Martes 15 al domingo 27.- Viaje Universitario a México. (Universidad Autónoma de la Ciudad de México, Mérida, Cancún, Teotihuacán y Chechén Itzá).

Lunes 21 al jueves 24.- Exposición del VIII Concurso de Fotografía.

Jueves 24 al domingo 27.- "Conociendo España" Viaje cultural a la exposición Las Edades del Hombre en Plasencia, con visita a Plasencia, Cáceres, Guadalupe, Trujillo y Mérida.

Viernes 25.- "Desgranando Granada" Museo de Casa Ajsaris.

Diciembre

Viernes 2.- "Desgranando Granada" Museo de Ciencias del Instituto Padre Suárez.

Martes 13.- Tertulia Poético-Literaria.

Miércoles 14.- Concierto Solidario.

Viernes 16.- Comida de Navidad.

(*) **NOTA IMPORTANTE: EL PRESENTE PROGRAMA PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES, QUE SERÁN COMUNICADAS CON LA DEBIDA ANTELACIÓN.**

JORNADAS DE RECEPCIÓN DE ESTUDIANTES 20 Y 21 SEPTIEMBRE DE 2022



La Junta Directiva con el Alcalde de Granada, D. Francisco Cuenca en las Jornadas de Recepción de Estudiantes.

Durante los días 20 y 21 de septiembre, la Universidad de Granada celebra las Jornadas de Recepción de Estudiantes en los Paseillos Universitarios del Campus de Fuentenueva.

En la feria estudiantil, ALUMA instala un stand para informar a jóvenes y mayores de las actividades que realiza y de la programación del Aula Permanente de Formación Abierta.

Muchas personas de todas las edades han pasado por el punto informativo de ALUMA, también hemos recibido la visita de nuestra Rectora Pilar Aranda, el Alcalde de Granada, Francisco Cuenca, el Director del APFA, Juan Antonio Maldonado, Diputado de Turismo José Enrique Medina, diversas Autoridades Académicas, profesores y alumnos.

Las chicas de la Tuna Femenina de Medicina, amenizaron el stand con sus canciones, transcurriendo las Jornadas de Recepción de Estudiantes, con gran animación, muchos estudiantes jóvenes se interesaron por las actividades del APFA y de ALUMA, pidiendo información para trasladarla a sus familias.

Comenzamos un nuevo curso con la feria estudiantil, llenos de ilusión y proyectos.



Parte de la Tuna Femenina de Medicina en el stand de ALUMA

José Rodríguez Sánchez
Presidente de ALUMA

ELECCIÓN DE PRESIDENTE Y JUNTA DIRECTIVA EN ALUMA

En Asamblea General Extraordinaria, celebrada el viernes 16 de septiembre, después de presentar su programa, ha sido reelegido Presidente de ALUMA, José Rodríguez Sánchez.

En la misma Asamblea, se aprobó la composición del equipo que acompañará al Presidente en esta nueva etapa: Vicepresidenta, Inma Cañavate, Secretario, Rafael Reche, Tesorero, Sebastián Téllez, Vocal de Cultura, Manuel Corrales, Vocal de Relaciones con la Universidad, José Francisco Heras y Vocal, Victoriano Martín.



La Rectora de la UGR, Dña. Pilar Aranda con la Junta Directiva de ALUMA



ACTIVIDADES 2º SEMESTRE 2022

14 de septiembre de 2022 - 12:00 a 13:00

Ejercita tus 24 fortalezas para ser más feliz (parte 1)

14 de septiembre de 2022 - 18:00 a 19:00
CONGRESO ANUAL CAUMAS

15 de septiembre de 2022 - 09:00 a 14:00
CONGRESO ANUAL CAUMAS

16 de septiembre de 2022 - 09:00 a 14:00
CONGRESO ANUAL CAUMAS

20 de septiembre de 2022 - 17:00 a 18:00
Sesión de diálogo sobre propósitos de otoño

22 de septiembre de 2022 - 10:30 a 11:30
Ejercita tus 24 fortalezas para ser más feliz (parte 2)

27 de septiembre de 2022 - 10:30 a 11:30
Valoración de mi estado nutricional y comienzo del cambio

3 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos eligiendo optimismo.

4 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Qué, cómo y cuánto debo comer para mejorar mi salud

10 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos superando las dificultades de ser optimista.

11 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Conocimiento de los nutrientes y prevención de enfermedades a través de ellos

17 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos celebrando los éxitos

19 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Séniors en forma: ejercicios sencillos de espalda y brazos para hacer en casa

20 de octubre de 2022 - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre gastronomía y nutrición

24 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00

Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos alcanzando el optimismo

26 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Séniors en forma: ejercicios sencillos de tronco, brazos y hombros para hacer en casa

26 de octubre de 2022 - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre arte

27 de octubre de 2022 - 10:30 a 11:30
¿Cómo digitalizo mi centro de Mayores, Asociación o Ayuntamiento?

31 de octubre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: el optimismo comparativo

2 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
Séniors en forma: ejercicios sencillos de piernas para hacer en casa

2 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
Sesión presentación centros

3 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
¿Dónde busco imágenes y vídeos para el contenido de mi asociación?

7 de noviembre de 2022 - 10:30 a 11:30
Explicar una idea en Power Point: presentaciones que enamoren I

7 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos

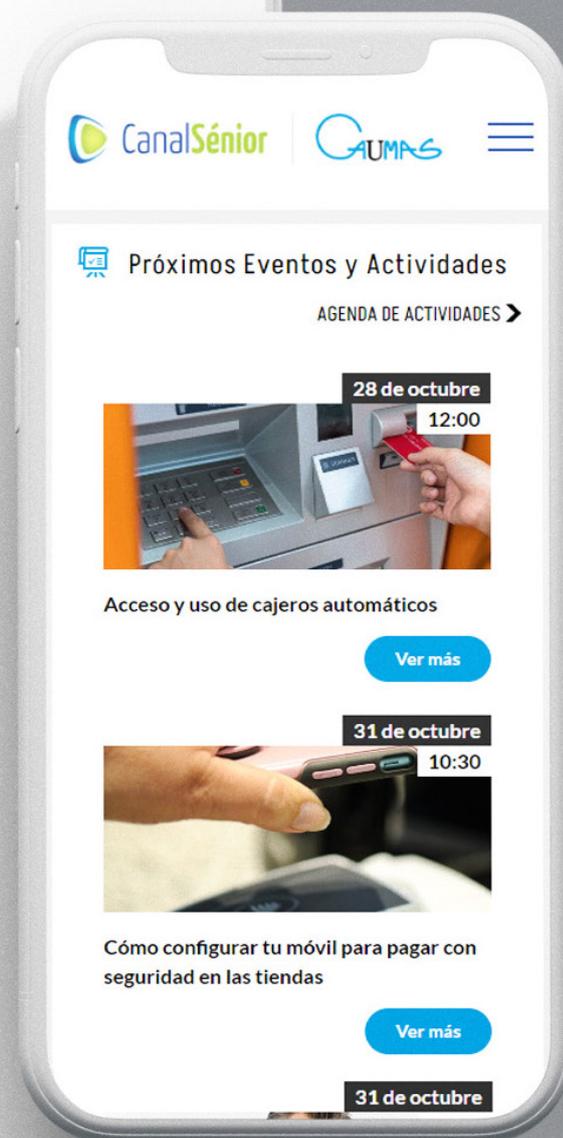
8 de noviembre de 2022 - 10:30 a 11:30
Explicar una idea en Power Point: presentaciones que enamoren II

10 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
Séniors en forma: ejercicios abdominales sencillos para hacer en casa

10 de noviembre de 2022 - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre redes sociales

14 de noviembre de 2022 - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos

- 15 de noviembre de 2022** - 17:00 a 18:00
Trabajo colaborativo: saca lo mejor de tu equipo humano
- 16 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Séniors en forma: ejercicios sencillos full body para hacer en casa
- 17 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Whatsapp como herramienta de comunicación con tus usuarios
- 17 de noviembre de 2022** - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre actividades de ocio
- 21 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos
- 23 de noviembre de 2022** - 10:30 a 11:30
Proyecto de Promoción de Envejecimiento Activo
- 23 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Herramientas de Google para digitalizar tu Asociación
- 24 de noviembre de 2022** - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre viajes
- 25 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Google Calendar: organiza tu agenda con un clic
- 28 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos
- 29 de noviembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Diseña los carteles de tu centro rápidamente con esta herramienta
- 30 de noviembre de 2022** - 10:30 a 11:30
¿Quieres hacer un juego online para tus usuarios? Te enseñamos cómo hacerlo
- 1 de diciembre de 2022** - 18:00 a 19:00
Sesión de diálogo sobre fiestas navideñas
- 12 de diciembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Gimnasio virtual del bienestar: aprendiendo a cuidarnos
- 13 de diciembre de 2022** - 10:30 a 11:30
Redes sociales: ¿qué redes sociales existen y en cuáles deberías estar?
- 14 de diciembre de 2022** - 10:30 a 11:30
Facebook: ¿mi asociación necesita una página o un grupo?
- 15 de diciembre de 2022** - 10:30 a 11:30
Crea el blog perfecto para tu organización con Blogger
- 19 de diciembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Trucos para trabajar con PDFS I
- 20 de diciembre de 2022** - 12:00 a 13:00
Trucos para trabajar con PDFS II



Información corporativa

Únete y disfruta todas las ventajas de asociarte a la mayor Confederación de Mayores Universitarios Séniors



SECRETARÍA TÉCNICA DE CAUMAS

CAUMAS es la Confederación que agrupa a las Asociaciones de los Programas Universitarios de Personas Mayores (PUM) vinculados a las Universidades Públicas y Privadas del territorio español. Por ende, representa también a Federaciones, Confederaciones y Fundaciones que persigan los mismos fines y que estén ligadas a los PUM.

El objetivo principal de CAUMAS es ser la Entidad referente que represente, coordine, informe, asesore y defienda a las asociaciones miembros, ante los Organismos Públicos y privados, así como ante otras Organizaciones de Mayores que defienden fines no relacionados con la Universidad.



**TRABAJAMOS
JUNTOS**

Para optimizar al máximo la capacidad de respuesta de los asociados a las, cada vez más, frecuentes demandas tecnológicas que el contexto socio digital exige, CAUMAS dispone desde hace tiempo del servicio de Secretaría Técnica para sus afiliados.

Con ello queremos poner en valor todo el trabajo de coordinación, búsqueda de nuevos proyectos y recursos de financiación, desarrollo tecnológico y difusión que hasta ahora están asumiendo las organizaciones y que les consume capacidad para centrarse en sus verdaderas actividades.

SERVICIOS PARA ASOCIACIONES

Con el impulso y la dedicación de la Secretaría Técnica, CAUMAS facilita a sus Asociaciones una participación activa y garantizada en proyectos con base tecnológica. De ese modo, los Asociados pueden dedicar sus esfuerzos a la actividad concreta de su entidad y delegar en la Secretaría Técnica la misión de mantenerse al día en las novedades del entorno digital para aprovechar todas las ventajas que ofrecen y ejecutar las acciones que por su propia naturaleza les quedan alejadas de su fin primordial.

En este sentido, los principales cometidos de nuestra Secretaría Técnica son:

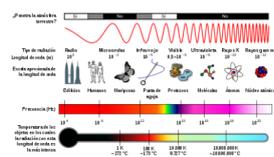
- ✓ Asesoramiento en las necesidades internas de carácter técnico que se presenten: página web, posicionamiento, tráfico, analíticas, dominios, alojamiento...
- ✓ Formación y Asesoramiento directo en Gestiones Digitales y gestión de las Asociaciones
- ✓ Asesoramiento en nuevas iniciativas de interés como jornadas, congresos, eventos, biblioteca, páginas web, revistas, newsletter, comunidades digitales, etc.
- ✓ Apoyo e interlocución en relaciones institucionales y comerciales específicas que se acuerden abordar.
- ✓ Apoyo en la captación de patrocinadores para el desarrollo de iniciativas y proyectos.
- ✓ Colaboración y asesoramiento en las iniciativas que se vayan realizando.
- ✓ Elaboración de proyectos individuales o en colaboración y presentación a patrocinadores o colaboradores.
- ✓ Asesoramiento en la evaluación para la puesta en marcha de las propuestas que las organizaciones reciban de otros proveedores y/o patrocinadores.
- ✓ Desempeño de una labor proactiva en la proposición de iniciativas a llevar a cabo que sean relevantes para el contexto de acción de la organización.
- ✓ Desempeño de acciones de representación en el establecimiento y mantenimiento de relaciones digitales con vistas a conseguir una imagen digital, ampliar el círculo de relaciones y propiciar el desarrollo de proyectos.

BIBLIOTECA SÉNIOR CAUMAS

TRABAJOS DESTACADOS

INICIACIÓN A LA ESPECTROSCOPIA

ESPECTRO ELECTROMAGNÉTICO



TELESCOPIO LST-1, permitirá "ver" objetos que se formaron poco después del Big Bang, se usa para la observación de rayos gamma de muy alta energía.



PRIMER CHERENKOV EN EL ROQUE LOS MUCHACHOS

Autor: Cruz Corona Pablo y Ruiz Minguez Concepción

Universidad: Universidad de La Luga

Campus Universitario: Campus de La Luguna

Tema: Astronomía

Descripción:

Espectros con líneas de emisión • Si se analiza con un prisma la luz emitida por una lámpara de vapor de Sodio, se constatará que el espectro de la luz emitida está constituida por dos finas líneas poco intensas, en la parte amarilla del espectro, que destacan frente al negro de fondo. El espectro obtenido está...

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/iniciacion-a-la-espectroscopia/>

EL SENTIMIENTO DEL MIEDO



Autor: Lloréns Fernández Carlos

Universidad: Universidad de Vigo

Campus Universitario: Campus de Vigo

Tema: Psicología

Descripción:

El MIEDO, por el contrario, nos dice que nuestras expectativas están amenazadas, la furia que están siendo bloqueadas por algún obstáculo, la tristeza supone la constatación de una pérdida y la decepción o la frustración de que nuestras esperanzas no se han cumplido

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/el-sentimiento-del-miedo/>

CAUMAS

FEDERACIONES Y ASOCIACIONES



FEGAUS

FEDERACIÓN GALEGA
DE ASOCIACIONES
UNIVERSITARIAS SÉNIORS



ADAMUC

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
MAYORES DE LA UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE MADRID

ADAUMA

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
Y EXALUMNOS "TERESA
DE LUNA", DEL PUM "JOSÉ
SARAMAGO", UNIVERSIDAD
DE CASTILLA-LA MANCHA,
CAMPUS DE CUENCA



AEPUMA

ASOCIACIÓN DE ESTUDIANTES
DEL PROGRAMA
UNIVERSITARIO PARA
MAYORES DE LA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE MADRID



ALMUCAT

UNIVERSIDAD
CARLOS III
GETAFE



ALUMA

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS DEL AULA
PERMANENTE DE
FORMACIÓN ABIERTA
UNIVERSIDAD DE GRANADA



AMUEZ

ASOCIACIÓN DE
MAYORES DE LA UNIVERSIDAD
DE LA EXPERIENCIA
DE ZARAGOZA



AMULL

ASOCIACIÓN DE
MAYORES DE LA UNIVERSIDAD
DE LA LAGUNA
(TENERIFE)



AUCTEMCOL

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
DE LA UNIVERSIDAD CARLOS
III DE COLMENAREJO



AUDEMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE MAYORES
DE LA UNIVERSIDAD DE
ALCALÁ DE HENARES



AUDEMAC

ASOCIACIÓN ALUMNOS
UNIVERSIDAD MAYORES DE
LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA
DE COMILLAS DE MADRID



AULEXNA

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
Y ANTIGUOS ALUMNOS DEL
AULA DE LA EXPERIENCIA
DE LA UNIVERSIDAD
PÚBLICA DE NAVARRA



AUMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE MAYORES
DE ASTURIAS



**PERITIA ET
DOCTRINA**

ASOCIACIÓN DE DIPLOMADOS
DE LAS PALMAS DE
GRAN CANARIAS



UEXPA

ASOCIACIÓN ALUMNOS
Y EXALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD DE LA
EXPERIENCIA PALENCIA



AMAG

ASOCIACIÓN ALTO
GUADALQUIVIR DE ALUMNOS
Y EXALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD DE JAÉN

AUMAVIC

ASOCIACION UNIVERSITARIA MAYORES URJ/CV/ICVALVARO

AUMAVIC

ASOCIACIÓN UNIVERSITARIA
MAYORES UNIVERSIDAD REY
JUAN CARLOS, VICÁLVARO



**UMAY
CARTAGENA**

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS DE
LA UNIVERSIDAD DE MAYORES.
UNIVERSIDAD DE CARTAGENA

SIEMPRE HAY TIEMPO PARA IR A LA UNIVERSIDAD



GOBIERNO
DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA
SEGUNDA DEL GOBIERNO

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DERECHOS SOCIALES



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES
DE ALUMNOS Y EXALUMNOS
DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES